

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR
FACULTAD DE QUÍMICA Y FARMACIA



PROPUESTA DEL PROGRAMA DE GESTIÓN DE RIESGOS LABORALES DE UNA
FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ, AHUACHAPÁN SUR

TRABAJO DE GRADO EN MODALIDAD DIPLOMADO DE ESPECIALIZACIÓN

PRESENTADO POR

MARICRUZ APARICIO LÓPEZ

ARGEDIS KALEB RAMOS SÁNCHEZ

PARA OPTAR AL GRADO DE
LICENCIADO(A) EN QUÍMICA Y FARMACIA

MARZO DE 2026

SAN SALVADOR, EL SALVADOR, CENTRO AMÉRICA

UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR

RECTOR

MAESTRO JUAN ROSA QUINTANILLA

SECRETARIO GENERAL

LICENCIADO PEDRO ROSALÍO ESCOBAR CASTAÑEDA

FACULTAD DE QUÍMICA Y FARMACIA

DECANA

MAESTRA NANCY ZULEYMA GONZÁLEZ SOSA

SECRETARIA

LICENCIADA EUGENIA SORTO LEMUS

DIRECCIÓN GENERAL DE PROCESOS DE GRADO

DIRECTORA GENERAL

LICENCIADA ANA LUISA CRUZ DE ALEGRÍA

TRIBUNAL EVALUADOR

MAESTRO ÓSCAR RAÚL AVILÉS FLORES

INGENIERA ROCÍO CORINA GUEVARA LOZANO

MAESTRO LUIS GUILLERMO ESCALANTE ESCOBAR (TUTOR)

AGRADECIMIENTOS

Expresamos nuestra profunda gratitud a Dios por habernos acompañado y guiado en cada paso de este proceso. Su presencia en nuestras vidas nos ha dado fortaleza para superar los momentos de dificultad, nos ha proporcionado claridad en los momentos de duda y nos ha permitido aprender y crecer tanto en lo académico como en lo personal. Gracias por regalarnos cada experiencia que ha contribuido a nuestra formación.

A nuestro docente tutor MSc. Luis Guillermo Escalante Escobar extendemos nuestro más sincero agradecimiento por su incondicional apoyo a lo largo de este proyecto, Gracias por haber compartido con nosotros no solo su conocimiento sino también su tiempo y su dedicación.

Su orientación profesional nos ha permitido desarrollar este trabajo con un enfoque académico sólido y enriquecido.

A nuestro tribunal evaluador gracias por su tiempo invertido

Asimismo, extendemos nuestros agradecimientos a la Farmacia que nos abrió las puertas y nos permitió realizar el trabajo de investigación en su espacio. Sin el acceso y el apoyo este proyecto no habría sido posible. Agradecemos la confianza depositada en nosotros y el ambiente de colaboración que nos ofrecieron.

DEDICATORIA

A Dios, mi guía, mi fortaleza y mi refugio. Gracias por tus infinitas bendiciones, por no soltar mi mano en los momentos más difíciles y por iluminar mi camino con tu amor y misericordia. A ti entrego este logro, porque sin tu voluntad nada sería posible.

A mi familia, el pilar más grande de mi vida. Gracias por su amor incondicional, por creer en mí incluso cuando yo dudaba, por ser mi refugio en los días de cansancio y mi alegría en los días de triunfo. A mis padres, por enseñarme con su ejemplo el valor del esfuerzo y la fe, a ustedes les dedico cada paso, cada desvelo y cada victoria.

A mis amigos, compañeros de estudio, compañeros de trabajo, gracias por estar presentes con palabras de aliento, risas sinceras y apoyo constante. Su amistad ha sido un regalo invaluable que me dio fuerzas para seguir adelante.

Este logro no es solo mío, sino también de todos ustedes, que con su amor, fe y compañía me ayudaron a alcanzar esta meta tan importante.

Maricruz Aparicio López

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, en primer lugar, a Dios, cuya guía y fortaleza me han acompañado a lo largo de todo este proceso. Su luz me brindó serenidad en los momentos de duda y el valor para continuar cuando el camino se volvía desafiante.

A mis padres, con amor y profundo agradecimiento. Gracias por ser mi sostén, por su apoyo incondicional y por enseñarme que todo esfuerzo tiene sentido cuando se trabaja con dedicación y humildad. Cada logro alcanzado refleja el ejemplo que me han dado.

A mi pareja, por su paciencia, comprensión y cariño inagotable. Gracias por estar a mi lado en cada etapa, por animarme cuando las fuerzas flaqueaban y por celebrar conmigo cada avance. Su compañía ha sido fundamental para llegar hasta aquí.

Dedico también este trabajo a mi compañera de proyecto, con quien compartí cada paso, cada desafío y cada aprendizaje. Su compromiso, apoyo y colaboración hicieron de esta experiencia un camino más llevadero y enriquecedor. Gracias por trabajar a mi lado con entrega y compañerismo.

A la señora que nos abrió las puertas de su farmacia con tanta amabilidad, gracias por su confianza y por permitirnos desarrollar esta investigación en su establecimiento. Su disposición fue clave para que este trabajo pudiera llevarse a cabo.

A todas estas personas, les ofrezco esta dedicatoria con cariño y gratitud. Este logro no es solo mío, sino también de quienes me sostuvieron, creyeron en mí y caminaron conmigo en este importante capítulo de mi vida.

Argedis Kaleb Ramos Sánchez

ÍNDICE GENERAL

	Pág.N.º
RESUMEN	
CAPÍTULO I	
1.0 INTRODUCCIÓN	17
CAPÍTULO II	18
2.0 OBJETIVOS	19
2.1 Objetivo General	19
2.2 Objetivos Específicos	19
CAPÍTULO III	20
3.0 MARCO TEÓRICO	21
3.1 Fundamento Legal y Principios de la Seguridad y Salud Ocupacional en El Salvador	21
3.2 Estructura y Gestión de la Prevención de Riesgos Ocupacionales	21
3.3 Condiciones de Seguridad e Higiene del Establecimiento Farmacéutico	22
3.4 Riesgos Ergonómicos y Psicosociales en el Personal Farmacéutico	23
3.5 Plan de Emergencia y Evacuación en la Farmacia	23
3.6 Salud ocupacional	24
3.6.1 Funciones de la salud ocupacional	25
3.6.2 La Higiene Ocupacional	25
3.6.3 La Higiene Ocupacional (HO) tiene como objetivo	26
3.6.4 Conceptos técnicos de enfermedad laboral	26
3.6.5 Riesgo laboral	26
3.6.6 Los factores de riesgos laboral se pueden clasificar en varias categorías	27
3.6.7 Prevención de riesgos laborales	27
3.6.8 Cuándo utilizar el procedimiento de evaluación de riesgo	27
3.7 La importancia de la evaluación de riesgos	28
3.8 Proceso de evaluación de riesgo	29
3.8.1 Requisitos de la evaluación de riesgo	29

3.8.2 Determinar el riesgo	30
3.8.3 Gravedad del daño	30
3.8.4 Evaluación de riesgo; decidir si el riesgo es tolerable y acciones sobre los resultados	31
3.8.5 Elaborar el plan de acción de control de riesgo	31
3.8.6 Revisar si el plan de acción es adecuado	32
3.8.7 Condiciones cambiantes y correcciones	33
3.9 Enfermedades ocupacionales	34
3.9.1 Medicina del Trabajo y Prevención de Riesgos Laborales	34
3.9.2 Riesgos físicos	36
3.9.3 Riesgos Ergonómicos	37
3.9.4 Riesgos Psicosociales	38
3.9.5 Salud integral	38
3.9.6 Riesgos Biológicos	39
CAPÍTULO IV	41
4.0 PRODUCTO FINAL	42
4.1 Identificar y evaluar los posibles riesgos desarrollando una matriz para clasificarlos según su probabilidad e impacto en la salud de los trabajadores	42
1. Registro de evaluación periódica del programa de prevención de riesgos ocupacionales.	43
1.1 Mecanismos de evaluación periódica.	44
2. Identificación y evaluación de los riesgos laborales.	48
2.1. Identificar y evaluar los posibles riesgos desarrollando una matriz para clasificarlos según su probabilidad e impacto en la salud de los trabajadores.	49
2.2. Identificación y evaluación de riesgos por áreas	57
3. Registro actualizado de accidentes, enfermedades profesionales y sucesos peligrosos.	58
3.1. Proponer formatos para registro de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.	59

3.2 Establecer procedimientos para cada riesgo identificado reduciendo accidentes laborales.	63
3.3. Las causas habituales de los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.	72
4. Diseño de plan de emergencia y evacuación	73
4.1. Evacuación en caso de emergencias	74
4.2. Fases de la Evacuación	74
4.3. Procedimiento de Evacuación	74
4.4. Consideraciones Especiales	74
4.5. Principios Clave para la Evacuación: Mantener la calma: El pánico puede obstaculizar el proceso. Respirar y pensar con claridad ayuda a tomar mejores decisiones.	75
4.6. Acciones Específicas por tipo de Emergencia.	76
4.7 El "Taller de prevención y control de incendios" es un curso diseñado para capacitar a los participantes en la identificación de riesgos, la prevención de incendios y las técnicas básicas para su control.	76
4.8. Pasos a seguir antes de un incendio	78
4.9. Importancia de la actualización constante de los procedimientos de emergencia.	79
5.0. Entrenamiento de manera teórica y práctica a los trabajadores y trabajadoras sobre sus competencias, técnicas y riesgos específicos de su puesto de trabajo.	87
5.1. Proponer un plan de capacitaciones para los trabajadores sobre riesgos específicos de la farmacia y las medidas preventivas para un manejo seguro de medicamentos y equipos.	88
5.1.1 Prevención de accidentes y riesgos laborales	88
5.1.2 Respuesta eficaz ante emergencias	88
5.1.3 Cumplimiento de normativas legales y sanitarias	89
5.1.4. Protección del inventario y continuidad operativa	89
5.1.5 Confianza y profesionalismo	89

5.2 Identificación y evaluación de riesgos	90
5.3 Plan de capacitación por tipo de riesgo	90
5.4. Implementación de medidas preventivas	90
5.5 Identificación de riesgos específicos en la farmacia	94
5.6 Manejo seguro de medicamentos y sustancias químicas.	94
5.7 Uso correcto de equipo de protección personal.	99
5.8 Mantenimiento del Equipo de Protección Personal (EPP)	100
6. Programa de exámenes médicos y atención de primeros auxilios en el lugar de trabajo.	106
6.1. Ergonomía en el puesto de trabajo.	107
6.2 Posturas adecuadas	108
6.3 Diseño del esfuerzo y adaptación del entorno	108
6.4 Levantamiento y manejo de cargas	108
7. Establecimiento de programas complementarios sobre consumo de alcohol y drogas, prevención de infecciones de transmisión sexual, VIH/SIDA, salud mental y salud reproductiva.	111
7.1 Programa complementario sobre consumo de alcohol, drogas y prevención de ITS / VIH–SIDA.	112
7.2 ¿Cuáles son los principales tipos de drogas y sus efectos?	112
7.3. Clasificación de los tipos de drogas en función de los efectos que generan a nivel fisiológico:	113
7.4 Consecuencias del consumo de drogas	114
7.5 Problemas de salud	115
7.6 Problemas psicológicos	115
7.7 Problemas relacionales y sociales	116
7.8 ¿Qué son las infecciones de transmisión sexual (ITS)?	116
8. Planificación de actividades y reuniones del comité de seguridad y salud ocupacional.	119
8.1 Reuniones del Comité de Seguridad y Salud Ocupacional.	120

9. Programa de difusión y promoción de las actividades preventivas en el lugar de trabajo	123
9.1 Elaborar un programa de difusión de información de las actividades preventivas en los lugares de trabajo.	124
9.1.1 Beneficios clave de la difusión de información	124
9.2 Un programa de difusión y promoción de actividades preventivas	128
9.2.1 Elementos Clave del Programa	128
9.2.2 Contenido a Difundir:	128
9.3 Estrategias para una Difusión Efectiva	129
9.4 Importancia de Difusión Efectiva	129
9.5. Factores que afectan a la salud mental en el trabajo	130
9.6 Condiciones físicas inseguras o deficientes	132
9.7 Difusión sobre la Ley General de Prevención de Riesgos Laborales	132
9.7.1 Obligaciones del empleador	133
9.8 El conocimiento de la Higiene y Seguridad Ocupacional (también conocida como Salud y Seguridad en el Trabajo).	136
9.9 Riesgos y exigencias del trabajo en cuanto a Ergonomía.	140
9.10 La ergonomía laboral busca adaptar el entorno de trabajo a las características físicas y psicológicas del empleado para preservar su salud y bienestar.	140
9.10.1 Riesgos ergonómicos principales	140
9.10.2 Exigencias del Trabajo desde la Perspectiva Ergonómica	141
10. Formulación de programas preventivos, y de sensibilización sobre violencia hacia las mujeres, acoso sexual y demás riesgos psicosociales.	143
10.1 Elaborar un programa preventivo y de sensibilización sobre violencia hacia las mujeres y riesgos psicosociales para trabajadores de la farmacia.	148
10.1.1 Importancia para la detección y atención de la violencia	148
10.2 Violencia laboral	148
10.3 Evaluación de riesgos psicosociales	149
10.3.1 Estrés laboral	149

CAPÍTULO V	150
5.0 CONCLUSIONES	151
CAPÍTULO VI	152
6.0 RECOMENDACIONES	153
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°		Pág.N°
1	Estimador simple de nivel de riesgo	33
2	Plan simple de control basado en el riesgo	33
3	Formato de informe auditoría interna del programa de gestión de riesgos laborales.	44
4	Formato de Evaluación Periódica del Programa de Prevención de Riesgos Ocupacionales en una farmacia ubicada en San Francisco Menéndez Ahuachapán Sur.	45
5	Formato de reporte de no conformidades respecto al programa de prevención de riesgos laborales.	47
6	Rango de niveles de riesgos	53
7	Resultados de la evaluación de riesgos	54
8	Resultados de la evaluación de riesgos	55
9	Resultado de la evaluación de riesgos en el área	57
10	Cronograma de las capacitaciones propuestas	103
11	Registro de control de exámenes médicos ocupacionales.	107
12	Planificación de actividades del comité de seguridad y salud ocupacional	120
13	Registro de Control de reuniones	122

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N°		Pág.N°
1	Proceso de evaluación de riesgo	29
2	Determinación de riesgo	30
3	Decidir si el riesgo es tolerable	31
4	Elaboración del plan de acción de control de riesgo	31
5	Plan de acción	32
6	Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de riesgos de iluminación	49
7	Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de riesgos de señalización	49
8	Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de ventilación	50
9	Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de Ergonomía	50
10	Matriz de trabajo utilizada para la evaluación del Equipo de Protección Personal	51
11	Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de Estrés térmico	51
12	Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de ruido	52
13	Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de riesgo químico	52
14	Matriz de trabajo para la evaluación de riesgo biológico	53
15	Mapeo y ubicación de la señalización	56
16	Ubicación de extintores.	86
17	Infografía sobre daños cerebrales sobre las drogas	115
18	Infografía sobre comunicación en el trabajo	125
19	Esquema de la ley de seguridad y salud ocupacional	134
20	Cartel sobre señales de prevención	134
21	Sistema de Gestión de Prevención de Riesgos Laborales	136
22	Kit de equipo de seguridad	137
23	Infografía sobre riesgo ergonómico	140
24	Exigencias del Trabajo desde la Perspectiva Ergonómica	142

RESUMEN

El plan propuesto para la farmacia en San Francisco Menéndez, Ahuachapán Sur, busca establecer un sistema integral para identificar, evaluar y controlar los riesgos laborales. Se enfoca en crear una Matriz de Riesgos para priorizar peligros, estandarizar formatos de registro de accidentes y desarrollar procedimientos operativos estándar (POE) para reducir incidentes. Este programa se cumplió con el Art 8 del decreto N°254, que contiene diez elementos básicos 1) Mecanismos de evaluación periódica, 2) Identificación, evaluación, control y seguimiento permanente de los riesgos ocupacionales, 3) Registro de accidentes, enfermedades y sucesos peligrosos, 4) Diseño de un plan de emergencia y evacuación, 5) entrenamiento teórico y práctico, 6) Establecimiento de exámenes médicos, 7) programas complementarios sobre consumo de alcohol y drogas, ETS, salud mental y salud reproductiva, 8) Planificación de las actividades y reuniones del CSSO, 9) Formulación de un programa de difusión y promoción de las actividades preventivas , 10) Programas preventivos sobre violencia hacia la mujer, acoso sexual y riesgos psicosociales. Dentro del programa se llevó a cabo el procedimiento y registro como parte de la evaluación, se propuso un registro que abarca los aspectos importantes en el caso de algún accidente en el lugar del trabajo, se diseñó un plan de emergencia y evacuación. Se propuso un cronograma de capacitaciones para una formación tanto teórica como práctica, se elaboró un formato para el registro de exámenes periódicos y programas complementario y sensibilización. Por tanto, el diseño del programa garantiza el cumplimiento de la ley de prevención de riesgos laborales.

CAPÍTULO I

1.0 INTRODUCCIÓN

Los programas de Salud y Seguridad Ocupacional son esenciales para la protección de los trabajadores en cualquier sector y su propuesta es adecuada para prevenir accidentes y enfermedades laborales en una farmacia donde los empleados están expuestos a riesgos específicos como el manejo de sustancias químicas el contacto constante de productos farmacéuticos y la necesidad de mantener un entorno ordenado y libre de accidentes, estos programas adquieren una relevancia aún mayor.

El propósito de este programa es garantizar que los trabajadores de la farmacia ubicada en San Francisco Menéndez, Ahuachapán sur, cuenten con un entorno laboral seguro minimizando los riesgos asociados a su labor diaria.

La Legislación vigente, en particular la Ley General de Prevención de Riesgos Laborales, establece la obligación de crear y ejecutar programas de prevención en los lugares de trabajo, siendo responsabilidad tanto del empleador como del Comité de Seguridad y Salud Ocupacional el diseño e implementación de estas medidas. En este sentido el Programa de Seguridad y Salud Ocupacional para la farmacia abarca una evaluación de los riesgos potenciales, la propuesta de un plan de intervención adecuado, así como la capacitación continua de los empleados para asegurar que estén preparados para cualquier eventualidad.

Este plan se va a proponer entre noviembre 2025 a enero de 2026, garantizando su adecuación a las necesidades y especificaciones del entorno laboral.

A través de un enfoque preventivo el diseño propuesto de este programa busca no solo cumplir con las normativas legales, sino también contribuir a la creación de un ambiente de trabajo donde la salud y la seguridad de los empleados sea siempre una prioridad.

CAPÍTULO II

2.0 OBJETIVOS

2.1 Objetivo General

Proponer un plan integral para la identificación, evaluación y control de riesgos laborales de una farmacia ubicada en San Francisco Menéndez, Ahuachapán sur.

2.2 Objetivos Específicos

2.2.1 Identificar y evaluar los posibles riesgos desarrollando una matriz para clasificarlos según su probabilidad e impacto en la salud de los trabajadores.

2.2.2 Proponer formatos para registro de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

2.2.3 Establecer procedimientos para cada riesgo identificado reduciendo accidentes laborales.

2.2.4 Elaborar un programa preventivo y de sensibilización sobre violencia hacia las mujeres y riesgos psicosociales para trabajadores de la farmacia.

2.2.5 Proponer un plan de evacuación y de procedimientos en caso de emergencia, con el fin de garantizar la correcta orientación de los empleados durante una emergencia.

2.2.6 Proponer un plan de capacitaciones para los trabajadores sobre riesgos específicos de la farmacia y las medidas preventivas para un manejo seguro de medicamentos y equipos.

2.2.7 Elaborar un programa preventivo y de sensibilización sobre violencia hacia las mujeres y riesgos psicosociales para trabajadores de la farmacia.

CAPÍTULO III

3.0 MARCO TEÓRICO

3.1 Fundamento Legal y Principios de la Seguridad y Salud Ocupacional en El Salvador

La Seguridad y Salud Ocupacional (SSO) constituye un pilar esencial dentro de cualquier organización laboral, al garantizar que las condiciones de trabajo sean adecuadas para preservar la integridad física, mental y social de las personas trabajadoras. En El Salvador, la base normativa de la gestión de riesgos se encuentra sustentada en la Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo (LGPR), la cual establece los requisitos necesarios para asegurar un nivel de protección adecuado a los trabajadores.

La LGPR se fundamenta en la ratificación del Convenio 155 de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) sobre Seguridad y Salud de los Trabajadores y Medio Ambiente de Trabajo, ratificado mediante el Decreto Legislativo N.º 30, publicado en el Diario Oficial N.º 135, Tomo N.º 348, del 19 de junio del año 2000. Este convenio establece la obligatoriedad de los empleadores de garantizar que los lugares de trabajo sean seguros y no representen riesgos para la salud de los trabajadores, reafirmando la cooperación entre empleadores y trabajadores como elemento esencial en la prevención de riesgos.¹

De acuerdo con el Artículo 2 de la LGPR, se establecen los principios rectores de igualdad y respeto a la dignidad, garantizando un ambiente laboral libre de violencia y discriminación. El principio de prevención, contemplado en el Artículo 3, exige la determinación de medidas preventivas y técnicas que aseguren la protección razonable de la salud de los trabajadores, estableciendo que todo riesgo debe ser prevenido y controlado preferentemente en la fuente o el ambiente de trabajo.

3.2 Estructura y Gestión de la Prevención de Riesgos Ocupacionales

El Reglamento de Gestión de la Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo desarrolla los lineamientos establecidos por la Ley General, incluyendo la creación de estructuras y mecanismos destinados a promover la seguridad y la salud dentro de los centros laborales.²

Conforme al Artículo 13 del Reglamento, los empleadores tienen la obligación de conformar un Comité de Seguridad y Salud Ocupacional (CSSO) en los lugares donde laboran quince o más trabajadores, o cuando la Dirección General de Previsión Social lo considere necesario. Este comité debe integrarse en partes iguales por representantes de los trabajadores y del empleador, y actúa como un órgano consultivo de promoción, investigación, verificación y vigilancia de los aspectos relacionados con la SSO, sin intervenir en asuntos laborales o disciplinarios.

El empleador debe designar Delegados de Prevención, quienes se encargan de velar por la correcta aplicación de las medidas de seguridad, así como por la comunicación efectiva de los riesgos laborales dentro del área de trabajo. El Programa de Gestión de Prevención de Riesgos Ocupacionales (PGPR) es el instrumento mediante el cual se documenta la promoción, ejecución, supervisión y evaluación de las acciones preventivas.

Este programa, según el Artículo 1 del Reglamento de Gestión, debe incluir la identificación, evaluación y control de los riesgos ocupacionales, mecanismos de seguimiento permanente, un registro actualizado de accidentes y enfermedades profesionales, además del diseño e implementación de un plan de emergencia y evacuación. El programa debe actualizarse anualmente y mantenerse disponible para el Ministerio de Trabajo y Previsión Social.³

3.3 Condiciones de Seguridad e Higiene del Establecimiento Farmacéutico

El Reglamento General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo, en su Artículo 1, tiene por objeto regular las condiciones de seguridad e higiene en las que deben desarrollarse las labores, con el fin de eliminar o controlar los factores de riesgo de naturaleza estructural, física, ergonómica o psicosocial, protegiendo así la vida, salud e integridad de los trabajadores.⁴

En cuanto a las condiciones estructurales, el Artículo 4 establece que todas las edificaciones, permanentes o provisionales, deben ser de construcción firme y segura, con pisos antideslizantes y sin grietas, una altura mínima de 2.50 metros y un metro cuadrado de superficie libre por trabajador. Los pasillos deberán tener un ancho mínimo de un metro, y las escaleras no

podrán tener una inclinación mayor a sesenta grados, asegurando condiciones adecuadas de tránsito y evacuación.

Los riesgos físicos, como el ruido, la iluminación o el calor, también están regulados. El Artículo 132 establece los niveles mínimos de iluminación según la actividad laboral, mientras que el Artículo 155 fija un límite máximo de exposición a ruido de 85 dB(A) para una jornada de ocho horas diarias. Estas disposiciones garantizan que el entorno laboral mantenga condiciones seguras y saludables para el personal farmacéutico.

3.4 Riesgos Ergonómicos y Psicosociales en el Personal Farmacéutico

Los riesgos ergonómicos están vinculados con la adaptación del trabajo a la persona, según lo establece la normativa en materia de ergonomía. Esta busca adecuar los puestos de trabajo, los equipos y los métodos de producción a las capacidades físicas y mentales de los trabajadores, con el objetivo de reducir la fatiga, los movimientos repetitivos y los efectos negativos del trabajo monótono.⁵

En tanto, los riesgos psicosociales se relacionan con el estrés, la sobrecarga laboral o la falta de comunicación efectiva dentro del ambiente de trabajo. La ley dispone que los empleadores adopten medidas orientadas a prevenir, identificar, eliminar o reducir estos factores, promoviendo un entorno laboral saludable y libre de cualquier forma de acoso o discriminación.

De acuerdo con el Artículo 312 del Código de Trabajo, los empleadores deben proporcionar los implementos necesarios para la protección de los trabajadores cuando las condiciones lo requieran. Sin embargo, dado que el presente proyecto contempla un equipo de cinco personas y no implica exposición a riesgos graves, no se considera necesaria la implementación de equipo de protección personal especializado, priorizándose en cambio las medidas preventivas básicas.⁶

3.5 Plan de Emergencia y Evacuación en la Farmacia

El plan de emergencia y evacuación, parte fundamental del Programa de Gestión de Prevención de Riesgos Ocupacionales, tiene como finalidad establecer los procedimientos que

permitan la salida rápida, segura y ordenada de las personas hacia puntos de reunión previamente definidos en caso de emergencia.

Conforme al Artículo 49 del Reglamento de Gestión de la Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo, este plan debe elaborarse de acuerdo con la naturaleza de las labores y su entorno, incluyendo como mínimo:

- Medidas de respuesta ante emergencias propias y ajenas.
- Responsables de su implementación, con definición de roles del personal.
- Mecanismos de comunicación y alerta.
- Equipos y medios disponibles para la respuesta ante emergencias.
- Mapa del lugar de trabajo, rutas de evacuación y puntos de reunión.
- Procedimientos de respuesta según cada tipo de emergencia.
- Plan de capacitación y registro de simulacros anuales.

El Artículo 65 del mismo reglamento establece que todo el personal debe conocer y estar capacitado para ejecutar las acciones contempladas en dicho plan. Además, los daños ocasionados por accidentes laborales deberán notificarse a la Dirección General de Previsión Social en un plazo no mayor a setenta y dos horas, conforme lo indica el Artículo 66.⁷

3.6 Salud ocupacional

La salud ocupacional, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se define como una actividad multidisciplinaria que controla y realiza medidas de prevención para cuidar la salud de todos los trabajadores. Esto incluye enfermedades, cualquier tipo de accidentes y todos los factores que puedan llegar a poner en peligro la vida, la salud o la seguridad de las personas en sus respectivos trabajos.³

Como principal objetivo, la salud ocupacional genera y promueve que el trabajo sea sano y seguro. Para esto, protege a los trabajadores de la posibilidad de que exista un riesgo en el ambiente laboral para su salud o bienestar.

A su vez, está relacionado analizar el medio ambiente y adaptarlo a las condiciones tanto físicas como psíquicas de los trabajadores. Es por esta razón que se establecieron tres objetivos principales de la salud ocupacional.

En primer lugar, se deberá mantener y promover la salud de los empleados, así como también la capacidad que posea cada uno. Las condiciones de trabajo deberán ser lo suficientemente óptimas para favorecer la salud y el bienestar de los mismos.³

Por último, se hará énfasis en crear sistemas organizacionales para favorecer la salud y la seguridad en el lugar de trabajo. Se deberá promover un clima positivo en la organización, se buscará alcanzar una mayor eficiencia y así poder optimizar la productividad de cada empresa.

3.6.1 Funciones de la salud ocupacional

- Respecto a la salud ocupacional, existen ciertas funciones que son generales y fundamentales.⁴
- Deberá identificar y evaluar cualquier tipo de riesgo que pudiere afectar el lugar de trabajo.
- Deberá analizar los factores que afectan al medio ambiente del trabajo y analizar si alguna práctica que se realiza allí puede dañar la salud o el bienestar de los trabajadores.
- Brindará asesoramiento en lo que respecta a la salud, a la seguridad e higiene, y a la ergonomía.
- Se encargará de difundir la información necesaria y educará a los trabajadores en cuanto a la salud e higiene.
- Controlará que se garanticen las reglamentaciones relacionadas a la calidad y a la higiene del lugar.

3.6.2 La Higiene Ocupacional

Es la ciencia dedicada a la identificación, evaluación y control de aquellos factores ambientales o tensiones emanadas o provocadas en el lugar de trabajo y que pueden ocasionar

enfermedades, destruir la salud y/o el bienestar, o crear algún malestar entre los trabajadores o los ciudadanos de la comunidad.⁴

3.6.3 La Higiene Ocupacional (HO) tiene como objetivo

La prevención de las enfermedades ocupacionales o laborales generadas por factores o agentes físicos, químicos o biológicos que se encuentran en los ambientes de trabajo y que actúan sobre los trabajadores pudiendo afectar su salud y su bienestar. Debe existir un manejo conjunto entre las áreas de ingeniería y salud en el trabajo, encaminado a evitar enfermedades ocupacionales mediante la identificación, evaluación, estudio, la prevención, eliminación o minimización del riesgo generado por los agentes que se encuentran en el ambiente de trabajo.⁴

3.6.4 Conceptos técnicos de enfermedad laboral:

- Es todo estado patológico permanente o temporal, que sobrevenga como consecuencia obligada y directa de la clase o tipo de trabajo que desempeña el trabajador o del medio en que se ha visto obligado a trabajar.
- Es el deterioro lento de la salud del trabajador como consecuencia directa del ejercicio de una determinada ocupación, por la actuación lenta y persistente de un agente de riesgo, asociado al trabajo realizado.
- Trastornos en la salud ocasionados por las condiciones de trabajo de riesgos derivados del ambiente laboral y de la organización del trabajo.

3.6.5 Riesgo laboral

Probabilidad de que la exposición a un factor o proceso peligroso en el trabajo cause enfermedad o lesión.

Es un concepto fundamental en el ámbito de la seguridad y salud en el trabajo. Se refiere a cualquier circunstancia que pueda causar un peligro durante el desarrollo de una actividad laboral, resultando en accidentes o daños físicos y/o psicológicos para los trabajadores. En este artículo, explicaremos en detalle qué es un riesgo laboral, los factores que lo componen, y las medidas de prevención que se pueden tomar para minimizarlo.⁸

Es cualquier situación o condición en el entorno de trabajo que tiene el potencial de causar daño. Estos riesgos pueden variar significativamente dependiendo del tipo de trabajo y del entorno en el que se realiza. Por ejemplo, los riesgos en una planta industrial son muy diferentes a los de una oficina administrativa.⁸

3.6.6 Los factores de riesgo laboral se pueden clasificar en varias categorías:

- Físicos: Incluyen ruido, vibraciones, temperaturas extremas, radiaciones, etc.
- Químicos: Exposición a sustancias tóxicas, gases, vapores, líquidos y sólidos peligrosos.
- Biológicos: Contacto con microorganismos patógenos, virus, bacterias y hongos.
- Ergonómicos: Movimientos repetitivos, posturas forzadas, manipulación manual de cargas.
- Psicosociales: Estrés laboral, acoso, violencia en el trabajo.

3.6.7 Prevención de Riesgos Laborales

La prevención de riesgos laborales es el conjunto de medidas y actividades que se implementan para proteger la seguridad y salud de los trabajadores.⁸

Estas medidas incluyen:

- Evaluación de Riesgos: Identificar y evaluar los riesgos presentes en el lugar de trabajo.
- Educar a los trabajadores sobre los riesgos y las medidas preventivas.
- Medidas de Control: Implementar barreras físicas, equipos de protección personal (EPP), y procedimientos de trabajo seguros.
- Vigilancia de la Salud: Realizar exámenes médicos periódicos para detectar posibles efectos adversos en la salud de los trabajadores.⁹

3.6.8 Cuándo utilizar el procedimiento de evaluación de riesgo

Todos los empleadores y trabajadores independientes deben evaluar los riesgos de su actividad laboral. El uso del procedimiento de evaluación de riesgo descrito en este método está destinado a las siguientes situaciones:

- Cuando los peligros aparentan constituir una amenaza significativa y es incierto si los controles existentes o planificados son adecuados en principio o en la práctica.
- Cuando las organizaciones procuren la mejora continua de sus sistemas de gestión de SST, para superar los requisitos legales.

El procedimiento completo descrito en este anexo no es necesario ni efectivo en función de costos, cuando resulta sumamente claro en base al estudio preliminar que los riesgos son triviales (poco significativos), o cuando la evaluación previa indicó que los controles existentes o planificados:

- Están conforme a requisitos o normas legales bien establecidas;
- Son adecuados para las tareas;
- Son, o serán, comprendidos y utilizados por todos aquéllos involucrados.

Aquí no se requiere acción ulterior salvo asegurarse, cuando corresponda, que se siguen utilizando los controles. Las organizaciones pequeñas, de bajo riesgo, deben ser particularmente selectivos en los riesgos que decidan evaluar en detalle.

Los esfuerzos dedicados a la evaluación de riesgos triviales o a la evaluación de controles normales llevarán a la recopilación de más información de la que puede ser utilizada, y a situaciones donde los hechos importantes se pierden en una masa de documentación irrelevante.¹⁰

3.7 La importancia de la evaluación de riesgos

- Identificar los peligros
- Estimar el riesgo de cada peligro
- La probabilidad y severidad del daño
- Decidir si el riesgo es tolerable.

3.8 Proceso de evaluación de riesgo

Pasos básicos de la evaluación de riesgo

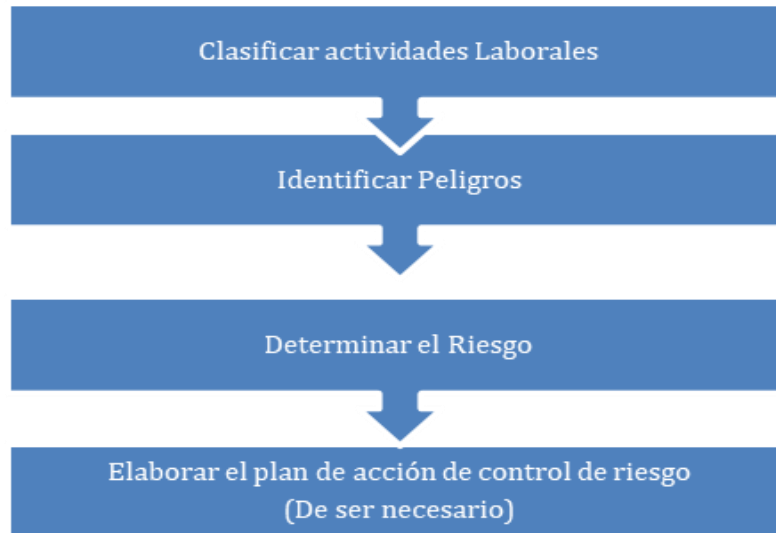


Figura N° 1. Proceso de Evaluación de riesgo.

Fuente: Elaboración propia.

3.8.1 Requisitos de la evaluación de riesgo

Para que la evaluación de riesgo sea útil en la práctica, las organizaciones deben:

- Designar a un miembro jerárquico de la organización para promover y dirigir la actividad.
- Consultar con todos los involucrados, tratar lo que se planifica realizar y obtener sus comentarios y compromisos.
- Determinar las necesidades de capacitación en evaluación de riesgo para el personal y equipos de evaluación e implementar un programa de capacitación adecuado.
- Analizar si la evaluación es adecuada: determinar si la evaluación es apropiada y suficiente, es decir, adecuadamente detallada y rigurosa.
- Documentar los detalles administrativos y hallazgos significativos de la evaluación.

3.8.2 Determinar el riesgo



Figura N° 2. Determinación de riesgo.

Fuente: Elaboración propia.

El riesgo a partir del peligro debe determinarse estimando la gravedad potencial del daño y la probabilidad de que éste ocurra.

3.8.3 Gravedad del daño

La información obtenida de las actividades laborales es vital para la evaluación de riesgo. Cuando se busca establecer la severidad potencial del daño, también debe considerarse lo siguiente:

- Daño leve, ej. lesiones superficiales, cortes y contusiones menores, irritación ocular por polvo, malestar e irritación, malestar temporal 23.¹⁰
- Daño intermedio, ej. quemaduras, lesiones de ligamentos serias, fracturas menores, sordera, dermatitis, asma, desórdenes de los miembros superiores relacionados con el trabajo, enfermedad conducente a discapacidades permanentes menores 23.¹⁰
- Daño extremo, ej. amputaciones, fracturas mayores, envenenamiento, lesiones múltiples, lesiones fatales 23.¹⁰

3.8.4 Evaluación de riesgo; decidir si el riesgo es tolerable y acciones sobre los resultados.



Figura N° 3. Decidir si el riesgo es tolerable.

Fuente: Elaboración propia.

La tabla N°1 muestra un método simple de estimación de niveles de riesgo y de decisión sobre si los riesgos son tolerables. Los riesgos se clasifican de acuerdo a su probabilidad estimada y a la gravedad potencial del daño. Algunas organizaciones pueden querer desarrollar métodos más sofisticados, pero este método es un punto de partida razonable. Pueden usarse cifras para describir los riesgos, en lugar de los términos "riesgo moderado", "riesgo sustancial". El uso de cifras no confiere mayor precisión a estas estimaciones 23.¹⁰

3.8.5 Elaborar el plan de acción de control de riesgo



Figura N° 4. Elaboración del plan de acción de control de riesgo.

Fuente: Elaboración propia.

Las categorías de riesgo indicadas, por ejemplo, en la tabla N°1 son la base para decidir si son necesarios mejores controles y el cronograma de acción. La tabla N°1 ilustra un método, sugerido como punto de partida. La tabla N°2 muestra que los esfuerzos para el control y la urgencia deben ser proporcionales al riesgo 23.¹⁰

Los controles deben implementarse considerando lo siguiente:

- De ser posible, eliminar los peligros totalmente, o combatir los riesgos en la fuente.
- Si la eliminación no es posible, tratar de reducir el riesgo
- Adaptar el trabajo a la persona, ej.: tener en cuenta la capacidad mental y física individual.
- Aprovechar el avance técnico para mejorar los controles
- Medidas que protejan a todos
- Normalmente es necesaria una combinación de controles técnicos y de procedimientos.
- La necesidad de disposiciones de emergencia
- También es necesario considerar la elaboración de planes de emergencia y evacuación y el suministro de equipos de emergencia adecuados a los peligros presentes.

3.8.6 Revisar si el plan de acción es adecuado

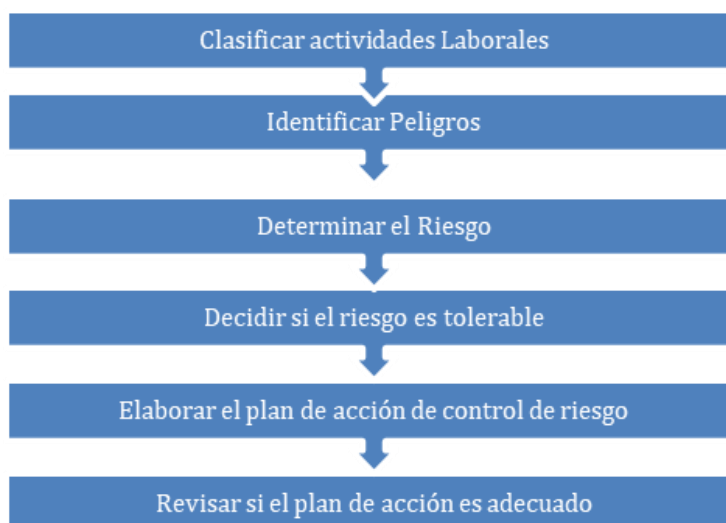


Figura N° 5. Plan de acción.

Fuente: Elaboración propia.

El plan de acción debe ser previsto antes de su implementación de la siguiente manera.

- El plan de acción debe ser diseñado y evaluado previamente antes de su implementación
- Antes de su ejecución, el plan de acción debe ser cuidadosamente planificado y analizado.
- Es fundamental prever y estructurar el plan de acción antes de su implementación para garantizar su eficacia.¹¹

3.8.7 Condiciones cambiantes y correcciones

La evaluación de riesgo debe considerarse como un proceso continuo. Las medidas de control deben estar sujetas a revisión continua y ser corregidas, de ser necesario. De igual modo, si las condiciones cambian al extremo que los peligros y riesgos se ven significativamente afectados, también deben revisarse las evaluaciones de riesgo.¹⁰

Tabla N° 1. Estimador simple de nivel de riesgo. ²

	Daño leve	Daño	Daño extremo
Muy poco probable	Riesgo trivial	Riesgo tolerable	Riesgo moderado
Poco probable	Riesgo tolerable	Riesgo moderado	Riesgo sustancial
Probable	Riesgo moderado	Riesgo sustancial	Riesgo intolerable

Nota: Tolerable significa que el riesgo se ha reducido al nivel más bajo razonablemente factible.

Tabla N° 2. Plan simple de control basado en el riesgo. ⁴

Nivel de Riesgo	Acción y cronograma
Trivial	No se requiere ninguna acción y no es necesario guardar registros documentados.
Tolerable	No hacen falta controles adicionales. Puede prestarse mayor consideración a un mejor costo/beneficio, o mejora que no imponga

Tabla N° 2. (Continuación)

	una carga de costos adicionales. Se requiere monitoreo para asegurar que se mantengan los controles.
Moderado	Deben tomarse los recaudos para reducir el riesgo, pero los costos de prevención deben medirse y restringirse cuidadosamente. Deben implementarse medidas de reducción de riesgo dentro de un lapso definido. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencias de daño extremo, pueden resultar necesarias ulteriores evaluaciones para establecer con más precisión la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de tomar mejores medidas de control.
Sustancial	No debe comenzar el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo. Puede ser necesario asignar recursos considerables para reducir el riesgo. Cuando este involucra trabajo en proceso, debe tomarse acción urgente.
Intolerable	No debe comenzar ni continuar el trabajo hasta que se haya reducido el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, el trabajo tiene que permanecer prohibido.

Nota: Tolerable aquí significa que se ha reducido el riesgo hasta el nivel más bajo razonablemente factible.

3.9 Enfermedades ocupacionales

3.9.1 Medicina del Trabajo y Prevención de Riesgos Laborales

La Medicina del Trabajo constituye una especialidad médica orientada al estudio, diagnóstico y tratamiento de las enfermedades y accidentes derivados o relacionados con la actividad laboral. Su objetivo fundamental es establecer y aplicar medidas preventivas destinadas a evitar o reducir dichos riesgos y sus consecuencias sobre la salud del trabajador.

En este contexto, los lugares de trabajo se conciben como los espacios físicos donde los trabajadores desempeñan sus funciones. En ellos pueden encontrarse diversos contaminantes o agentes potencialmente nocivos para la salud, entre los cuales se incluyen los humos, definidos como emanaciones compuestas por partículas resultantes de procesos de combustión.⁸

De acuerdo con la Ley de Prevención de Riesgos Laborales y del Trabajo (PRLT), todo riesgo debe ser prevenido y controlado preferentemente desde su fuente o en el ambiente laboral, mediante la aplicación de medios técnicos de protección colectiva y el uso de equipos de protección personal, conforme a lo dispuesto en el Artículo 3 de dicha ley.⁶

La Higiene Ocupacional se define como el conjunto de medidas técnicas y organizativas orientadas al reconocimiento, evaluación y control de los contaminantes presentes en el entorno laboral, con el propósito de prevenir la aparición de enfermedades profesionales. Por su parte, la Gestión de la Seguridad y Salud Ocupacional comprende todas las actividades implementadas por el empleador con el fin de prevenir o minimizar los riesgos derivados de la actividad laboral, según lo establecido igualmente en la Ley PRLT.

En cuanto a la Prevención General, la legislación establece que el empleador debe priorizar la acción preventiva sobre la fuente del riesgo y el ambiente de trabajo, mediante la adopción de medidas de carácter técnico y organizativo que garanticen la seguridad y el bienestar de los trabajadores.⁶

El Artículo 8 de la Ley PRLT, dentro del Capítulo I: Organización de la Seguridad y Salud Ocupacional, dispone que el empleador es responsable de formular, ejecutar y asignar los recursos necesarios para un Programa de Gestión de Prevención de Riesgos Ocupacionales, en función de la naturaleza de su actividad. Asimismo, debe asegurar la participación efectiva de los trabajadores en la elaboración, ejecución y evaluación de dicho programa.⁶

En cumplimiento de la normativa vigente, el programa deberá integrar procedimientos de evaluación periódica que permitan determinar su nivel de eficacia, además de establecer sistemas permanentes de identificación, control y seguimiento de los riesgos laborales. De igual forma, deberá garantizar la adecuación de las condiciones de trabajo y priorizar la protección de la salud

reproductiva, con especial atención a las etapas de embarazo, postparto y lactancia, en concordancia con lo dispuesto por la Ley PRLT en materia de exposiciones específicas.

3.9.2 Riesgos físicos

Comprenden aquellos factores ambientales capaces de afectar la salud del trabajador. Entre ellos destaca el ruido, definido como todo sonido no deseado que puede causar molestias o disminuir la capacidad auditiva de las personas cuando supera los niveles permisibles. La exposición prolongada a este agente puede generar una pérdida progresiva de la audición y diversas alteraciones asociadas a la salud laboral

Según la Ley de Prevención de Riesgos Laborales y del Trabajo (PRLT), la Salud Ocupacional abarca todas las acciones destinadas a promover y mantener el máximo grado posible de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las profesiones y ocupaciones. Su finalidad es prevenir los daños a la salud ocasionados por las condiciones de trabajo, proteger a los empleados frente a agentes perjudiciales y garantizar que cada persona desempeñe funciones acordes con sus capacidades fisiológicas y psicológicas.⁶

En lo relativo a las condiciones térmicas, la normativa señala la necesidad de evitar tanto la exposición excesiva al calor como al frío, dado que ambas situaciones pueden alterar la temperatura corporal profunda del trabajador. Se establece que esta no debe superar los 38 °C en ambientes calurosos ni descender por debajo de 36 °C en ambientes fríos.

El Artículo 138 del Decreto 89, Reglamento General de la PRLT, determina como método de referencia para medir la exposición al calor el índice de temperatura de globo con bulbo húmedo (TGBH), calculado en función de las condiciones termo higrométricas del entorno laboral. Este índice permite establecer la carga calórica ambiental a la que pueden exponerse los trabajadores aclimatados, adecuadamente vestidos y con provisión suficiente de agua y sal, sin que su temperatura corporal profunda exceda los 38 °C.¹²

Conforme al Artículo 141 del mismo Decreto, se admite una exposición superior a los valores establecidos únicamente cuando los trabajadores hayan sido sometidos a exámenes

médicos que acrediten su capacidad para tolerar labores en ambientes calurosos. No obstante, la normativa prohíbe continuar las actividades laborales cuando la temperatura interna del cuerpo supere los 38 °C.

En cuanto a la exposición al frío, el Artículo 143 del Decreto 89 estipula que se considerará exposición a bajas temperaturas cuando la temperatura corporal del trabajador descienda a 36 °C o menos, admitiéndose un valor mínimo de 35 °C solo en casos de exposición ocasional. Además, se define como temperatura ambiental crítica aquella igual o inferior a 10 °C en espacios al aire libre, condición que puede agravarse por la presencia de lluvia o corrientes de aire, debido al aumento de la sensación térmica y del riesgo para la salud.¹²

3.9.3 Riesgos Ergonómicos.

Los riesgos ergonómicos se originan cuando el trabajo no se adapta a las características físicas o psicológicas del individuo. Entre los factores más comunes se encuentran la manipulación de cargas, la adopción de posturas forzadas y la realización de movimientos repetitivos, los cuales pueden ocasionar lesiones musculoesqueléticas o daños crónicos a largo plazo.

El Artículo 30 de la Ley PRLT, dentro del Capítulo III: Condiciones Especiales en los Lugares de Trabajo, impone al empleador la obligación de proporcionar condiciones ergonómicas adecuadas en cada puesto laboral, considerando la naturaleza de las tareas, con el fin de evitar posturas forzadas que puedan afectar la salud del trabajador.⁶

El Decreto 89, Reglamento General de la PRLT, en sus Artículos 83 y 84, establece que el peso máximo permitido para la manipulación manual no debe exceder el determinado en un estudio técnico elaborado por el empleador.

Dicho estudio debe actualizarse anualmente o cuando se modifiquen las condiciones laborales, tomando en cuenta los factores de riesgo asociados a la manipulación de cargas. Además, el Artículo 84 dispone que el empleador realice una evaluación técnica de las actividades, con el propósito de implementar medidas de control o eliminación de los riesgos

derivados de la manipulación manual o mecánica de cargas, evitando así lesiones, enfermedades o daños a la salud de los trabajadores.⁷

3.9.4 Riesgos Psicosociales

La legislación vigente establece la obligación de formular programas preventivos y de sensibilización en materia de riesgos psicosociales. Dichos programas deben incluir acciones de difusión y promoción de actividades preventivas dentro de los centros laborales, garantizando que los instructivos, señalizaciones o avisos adoptados por la empresa se ubiquen en lugares visibles y sean comprensibles para todos los trabajadores y trabajadoras.

Así mismo, se requiere la elaboración y ejecución de programas específicos para la prevención y sensibilización sobre la violencia hacia las mujeres, el acoso sexual y otros riesgos psicosociales que puedan afectar el entorno laboral. Este programa deberá actualizarse anualmente y mantenerse a disposición del Ministerio de Trabajo y Previsión Social, conforme a lo establecido en la Ley de Prevención de Riesgos Laborales y del Trabajo (PRLT).⁶

De acuerdo con la citada Ley, los riesgos psicosociales comprenden aquellos aspectos relacionados con la concepción, organización y gestión del trabajo, así como con su contexto social y ambiental, que poseen la potencialidad de generar daños sociales o psicológicos en los trabajadores.

Entre ellos destacan el manejo de las relaciones obrero-patronales, el acoso sexual, la violencia contra las mujeres, la dificultad para conciliar la vida laboral y familiar, las diversas formas de discriminación negativa y el estrés laboral. La Ley también define el riesgo grave e inminente como aquel que resulta probable en un futuro inmediato y que puede ocasionar daños severos a la salud de los trabajadores y trabajadoras.

3.9.5 Salud Integral

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales y del Trabajo (PRLT) define la salud ocupacional como el conjunto de acciones orientadas a promover y mantener el más alto nivel posible de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las profesiones y

ocupaciones. Este enfoque implica no solo la prevención de los daños derivados de las condiciones laborales, sino también la protección integral del individuo, garantizando su adaptación al entorno laboral conforme a sus aptitudes fisiológicas y psicológicas.⁶

La salud ocupacional busca prevenir la exposición a agentes perjudiciales, proteger la integridad física y mental del trabajador, y promover ambientes laborales seguros y saludables. Este principio refleja una visión integral de la salud que trasciende la prevención del daño físico directo, considerando también los factores psicológicos y sociales que inciden en el bienestar general.

En cuanto al ruido, se considera un agente físico perjudicial, definido como todo sonido no deseado capaz de provocar molestias o disminuir la capacidad auditiva de las personas al superar los niveles permisibles establecidos por la normativa vigente.

3.9.6 Riesgos Biológicos

El Reglamento General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo, emitido mediante Decreto Ejecutivo N.º 89, tiene como objeto regular la aplicación de la Ley General de Prevención de Riesgos en lo referente a las condiciones de seguridad e higiene bajo las cuales deben desarrollarse las labores.

Su propósito es eliminar o controlar los factores de riesgo presentes en los puestos de trabajo, ya sean de naturaleza mecánica, estructural, física, química, ergonómica, biológica o psicosocial, con el fin de proteger la vida, la salud y la integridad física, mental y moral de los trabajadores y trabajadoras.¹²

Establece el decreto 89 que los empleadores deberán garantizar, en la medida de lo razonable y factible, que los agentes y sustancias químicas, físicas y biológicas bajo su control no representen riesgos para la salud. Asimismo, deberán adoptarse las medidas de protección adecuadas.⁷

En lo referente a los riesgos biológicos, la normativa exige la implementación de medidas preventivas destinadas a evitar enfermedades susceptibles de ser contraídas por los trabajadores, así como los efectos alérgicos o tóxicos derivados de la exposición a agentes biológicos.

El Decreto 89 regula la provisión de vacunas o tratamientos preventivos eficaces, los cuales deben ser ofrecidos a los trabajadores expuestos a agentes biológicos. Los empleados deben ser informados sobre los beneficios y posibles efectos de la vacunación, y su aceptación o rechazo debe constar por escrito. Cada trabajador expuesto deberá contar con un historial médico individual que documente las pruebas y resultados obtenidos, los cuales deberán estar disponibles para su consulta.¹²

CAPÍTULO IV

4.0 PRODUCTO FINAL

4.1 Identificar y evaluar los posibles riesgos desarrollando una matriz para clasificarlos según su probabilidad e impacto en la salud de los trabajadores.

Identificar y evaluar los riesgos para la salud de los trabajadores es un proceso fundamental en la gestión de la seguridad y salud ocupacional. Una matriz de riesgos es una herramienta esencial para clasificar estos riesgos según su probabilidad e impacto.

La elaboración de una matriz de riesgos es un proceso dinámico que debe adaptarse a las características específicas de cada lugar de trabajo y actividad. Es esencial involucrar a los trabajadores en este proceso, ya que ellos tienen un conocimiento invaluable de los peligros y riesgos en su entorno laboral diario.

La matriz de riesgos es crucial por varias razones:

- **Priorización de Controles:** Permite enfocar los recursos limitados en los riesgos más importantes (Altos y Críticos).
- **Toma de Decisiones Informada:** Proporciona una base objetiva para decidir qué acciones preventivas y correctivas implementar.
- **Cumplimiento Normativo:** Muchas regulaciones y estándares de seguridad requieren la evaluación y gestión de riesgos.
- **Comunicación:** Facilita la comunicación sobre los riesgos a los trabajadores y otras partes interesadas.
- **Mejora Continua:** Sirve como punto de partida para revisar y actualizar regularmente las evaluaciones de riesgos.

1. Registro de evaluación periódica del programa de prevención de riesgos ocupacionales.

1.1 Mecanismos de evaluación periódica.

Este elemento constituye el mecanismo de control para verificar la eficacia de la prevención y el registro de accidentabilidad. Su ejecución se resume en cinco etapas clave:

- Planificación: Coordinación previa con la jefatura, obtención de autorizaciones y definición de áreas críticas y calendario de revisión.
- Apertura: Reunión inicial (máximo 1 hora) con el Comité de Seguridad (CSSO) y personal designado para presentar al equipo auditor.
- Ejecución: Entrevistas y verificación física de los 10 elementos del programa. Las fallas detectadas se registran como "No Conformidades".
- Reporte y Plazos: Entrega del informe técnico en un máximo de 2 días tras la auditoría. Las correcciones deben ejecutarse en un plazo no mayor a 6 meses (según Art. 62, Decreto 86).
- Capacitación: El personal auditor debe estar debidamente entrenado en el uso de formatos y criterios legales para garantizar una evaluación objetiva.

Tabla N°3. Formato de informe auditoría interna del programa de gestión de riesgos laborales.

AUDITORIA INTERNA DEL PROGRAMA DE GESTIÓN DE RIESGOS LABORALES		
Área:	Responsable de la auditoria:	Auditor 1:
Auditoria N°:	Fecha:	Auditor 2:
Hallazgos de la auditoria:		
Fortalezas y oportunidades de mejora:		
Comentarios:		
Recomendaciones :		

Fuente: Elaboración propia

Tabla N°4. Formato de Evaluación Periódica del Programa de Prevención de Riesgos Ocupacionales en una farmacia ubicada en San Francisco Menéndez Ahuachapán Sur.

N°	EVALUACIÓN PERIÓDICA DE UNA FARMACIA	SI	NO	N/A	OBSERVACIÓN
1.0. Evaluación periódica de la gestión de prevención y mecanismo de evaluación periódica					
1.1	Se agenda revisión del programa de prevención de riesgos laborales				
1.1	Se realizan auditorias del programa periódicamente.				
2.0 Identificación, evaluación control y seguimiento permanente de los riesgos laborales.					
2.1	Se practican evaluaciones sobre riesgos físicos, químicos y biológicos en algún periodo con registros.				
2.2	Se cuenta con procedimiento de evaluación de riesgos laborales actualizados.				
3.0 Registro actualizado de accidentes, enfermedades profesionales y sucesos peligrosos.					
3.1	Existen registros para que los empleados reporten accidentes.				
3.2	Se cuenta con un procedimiento para registrar, evaluar accidentes y enfermedades profesionales.				
4.0 Plan de emergencia y evacuación.					
4.1	Se cuenta con mapa de ruta de evacuación				
4.2	Existe un plan de emergencia y evacuación .				

N°	Evaluación periódica en la Farmacia	Si	No	N/A	Observación
5.0 Entrenamiento de manera teórica y práctica para los trabajadores sobre sus competencias, técnicas y riesgos específicos de su puesto de trabajo.					
5.1	Se brinda capacitación al personal periódicamente sobre riesgos expuesto en su de trabajo.				
5.2	Existe un procedimiento de entrenamiento para el personal en temas de riesgos específicos del puesto de trabajo .				
6.0 Programa de exámenes médicos en el lugar de trabajo.					
6.1	En algún periodo se ha realizado exámenes médicos ocupacionales .				
6.2	Existen un programa de exámenes médicos relacionado a los riesgos específicos de los puestos de trabajo.				
7.0 Programas complementarios sobre consumo de alcohol y drogas, prevención de infecciones de transmisión sexual, VIH/SIDA, salud mental y salud reproductiva.					
7.1	Se han realizado actividades de concientización sobre los temas de alcohol, drogas, VIH/SIDA, salud mental y reproductiva, dirigido al personal de la Farmacia.				
7.2	Se cuenta con programa sobre alcohol y drogas, VIH SIDA, salud mental y reproductiva.				
8.0 Planificación de las actividades y reuniones del comité de seguridad y salud ocupacional.					
8.1	Se cuenta con un comité de seguridad y salud ocupacional en funcionamiento.				

8.2	Se cuenta con reglamento de funcionamiento del comité de seguridad y salud ocupacional.				
N°	Evaluación periódica en la Farmacia	Si	No	N/A	Observación
9.0 Entrenamiento de manera teórica y práctica para los trabajadores sobre sus competencias, técnicas y riesgos específicos de su puesto de trabajo.					
9.1	Se realizan de difusión de actividades preventivas de seguridad para los empleados.				
9.2	Existen procedimientos sobre riesgos específicos según su área de trabajo.				
10.0 Programa de exámenes médicos en el lugar de trabajo.					
10.1	Se cuenta con programa preventivo sobre acoso sexual y violencia hacia las mujeres y riesgos psicosociales.				
10.2	Realiza la Farmacia evaluación de riesgos psicosociales.				

Fuente: Elaboración propia

Tabla N° 5. Formato de reporte de no conformidades respecto al programa de prevención de riesgos laborales.

REPORTE DE NO CONFORMIDADES DE LA EVALUACIÓN DEL PROGRAMA DE GESTIÓN DE RIESGOS LABORALES	
Fecha de auditoria:	N° de No conformidad
Acción preventiva /correctiva:	
Responsable de la auditoria:	Firma del auditor

Fuente: Elaboración propia

2. Identificación y evaluación de los riesgos laborales.

2.1. Identificar y evaluar los posibles riesgos desarrollando una matriz para clasificarlos según su probabilidad e impacto en la salud de los trabajadores.

Indicadores	EXPOSICIÓN										CONSECUENCIA					PROBABILIDAD					Grado de peligrosidad	Nivel de riesgo			
	CONTINUAMENTE 10	FRECUENTEMENTE 6	OCCASIONALMENTE 3	IRREGULARMENTE 2	RARAMENTE 1	REMOTAMENTE 0.5	NO HAY EXPOSICION 0	CATÁSTROFAS 100	VARIAS MUERTES 50	MUERTE 25	LESIONES GRAVES 15	LESIONES CON INCAPACIDAD 5	LESIONES SIN INCAPACIDAD 1	NO HAY CONSECUENCIA 0	Es el resultado más probable y esperado 10	Es completamente posible, no será nada extraño 6	Será una secuencia o coincidencia rara pero posible, ha ocurrido 3	Coincidencia muy rara, pero se sabe que ha ocurrido 1	Coincidencia extremadamente remota pero concebible 0.5	Coincidencia prácticamente imposible, jamás ha ocurrido 0.1			No hay probabilidad 0		
¿Se usa el color adecuado en las paredes y techos de las instalaciones?																							0	NO APLICA	
¿La iluminación en los pasillos es la adecuada para la circulación?																								0	NO APLICA
¿Cuentan las áreas de acceso con la adecuada iluminación?																								0	NO APLICA
¿Existe la iluminación suficiente en las bodegas de materiales y herramientas?																								0	NO APLICA
¿Las áreas de trabajo cuentan con la iluminación adecuada para el desarrollo de las actividades?																								0	NO APLICA
¿Se dan cambios bruscos en la iluminación entre un área de trabajo y otra?																								0	NO APLICA
¿Se proporciona suficiente iluminación a los trabajos que requieren más esfuerzo visual?																								0	NO APLICA
¿La ubicación de las fuentes de luz puede causar deslumbramientos?																								0	NO APLICA
¿La altura de las luminarias es la adecuada para los trabajos que se realizan?																								0	NO APLICA
¿Existen superficies brillantes en el campo visual del instructor o alumno?																								0	NO APLICA
¿Puede causar fatiga visual el tipo de iluminación que se utiliza?																								0	NO APLICA
¿Existen suficientes entradas que proporcionen luz natural?																								0	NO APLICA
¿Se da mantenimiento regularmente a las luminarias?																								0	NO APLICA
¿Es adecuado el estado de las luminarias para los propósitos de los laboratorios o aulas?																								0	NO APLICA
¿Se utiliza un alumbrado general para todo tipo de tareas?																								0	NO APLICA
¿Se utiliza un alumbrado general localizado para las áreas en que es necesario?																								0	NO APLICA
¿Para las tareas específicas se usa el alumbrado localizado?																								0	NO APLICA
¿Existe la adecuada iluminación en las áreas de ubicación de los extintores?																								0	NO APLICA
¿Se encuentra iluminadas las zonas donde se encuentran los botiquines de primeros auxilios?																								0	NO APLICA
¿Existe la adecuada iluminación de las salidas o accesos?																								0	NO APLICA
¿Existe iluminación de emergencia en las áreas de circulación o salidas?																								0	NO APLICA

Figura N° 6. Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de riesgos de iluminación.

Fuente: Elaboración propia

N°	Indicadores	EXPOSICIÓN										CONSECUENCIA					PROBABILIDAD					Grado de peligrosidad	Nivel de riesgo			
		CONTINUAMENTE 10	FRECUENTEMENTE 6	OCCASIONALMENTE 3	IRREGULARMENTE 2	RARAMENTE 1	REMOTAMENTE 0.5	NO HAY EXPOSICION 0	CATÁSTROFAS 100	VARIAS MUERTES 50	MUERTE 25	LESIONES GRAVES 15	LESIONES CON INCAPACIDAD 5	LESIONES SIN INCAPACIDAD 1	NO HAY CONSECUENCIA 0	Es el resultado más probable y esperado 10	Es completamente posible, no será nada extraño 6	Será una secuencia o coincidencia rara pero posible, ha ocurrido 3	Coincidencia muy rara, pero se sabe que ha ocurrido 1	Coincidencia extremadamente remota pero concebible 0.5	Coincidencia prácticamente imposible, jamás ha ocurrido 0.1			No hay probabilidad 0		
1	¿Están señalizadas las áreas de trabajo con las prohibiciones, advertencias de peligro y																							0	NO APLICA	
2	¿Se emplean señales normalizadas donde estas son necesarias?																								0	NO APLICA
3	¿Están las señales localizadas en los lugares adecuados que permitan su visualización?																								0	NO APLICA
4	¿Están correctamente delimitados las vías de circulación y los espacios físicos evitando																								0	NO APLICA
5	¿Están adecuadamente señalizadas las salidas de emergencia, ventanas, accesos y rutas																								0	NO APLICA
6	¿Existe señalización referente a riesgos físicos, mecánicos, eléctricos, etc. O según sea																								0	NO APLICA
7	¿Se usan los colores de seguridad normalizados para identificar las señales?																								0	NO APLICA
8	¿Está señalizada la localización y utilización del equipo de protección personal?																								0	NO APLICA
9	¿Están debidamente etiquetados e identificados los productos peligrosos?																								0	NO APLICA
10	¿Se dispone de la ficha de seguridad de los productos o equipos que se utilizan?																								0	NO APLICA
11	¿Los almacenes cuentan con la señalización adecuada?																								0	NO APLICA
12	¿Se tienen áreas de seguridad accesibles a todo el personal debidamente señalizadas?																								0	NO APLICA
13	¿Existe la adecuada señalización que indique la presencia de una situación de riesgo?																								0	NO APLICA
14	¿Existen señales de prohibición como No Fumar, No Comer, etc. En los diferentes lugares de																								0	NO APLICA
15	¿Existen claramente visibles señales de como evacuar en caso de emergencia?																								0	NO APLICA
16	¿Se encuentra señalizado el lugar donde se encuentran los equipos de primeros auxilios?																								0	NO APLICA
17	¿Los rótulos y señales satisfacen las necesidades del área?																								0	NO APLICA
18	¿Se tiene señalizados las rutas de evacuación y los puntos de reunión?																								0	NO APLICA
19	¿Existen señalización referente a riesgos de incendios, derrames químicos, etc. en los																								0	NO APLICA
20	¿Están colocadas todas las señales a las distancias normalizadas y alturas adecuadas?																								0	NO APLICA
21	¿Son las señales en general legibles o se encuentran deterioradas?																								0	NO APLICA
RIESGO FINAL																									#DIV/0!	

Figura N°7. Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de riesgos de señalización.

Fuente: Elaboración propia.

Indicadores	EXPOSICIÓN										CONSECUENCIA					PROBABILIDAD					Grado de peligrosidad	Nivel de riesgo			
	10	6	3	2	1	0.5	0	100	50	25	15	5	1	0	10	6	3	1	0.5	0.1			0		
¿Existe la adecuada ventilación en las áreas de trabajo?																						0		NO APLICA	
¿Es adecuada la ventilación en las zonas de circulación y acceso?																							0		NO APLICA
¿Existe ventilación natural en las áreas de trabajo?																							0		NO APLICA
¿Existe ventilación mecánica en las áreas de trabajo?																							0		NO APLICA
¿Existe presencia de malos olores en las áreas de trabajo o circulación?																							0		NO APLICA
¿Existen cumulos de polvos, gases, humos o vapores en las áreas de trabajo o circulación?																							0		NO APLICA
¿Existen procesos que produzcan focos de contaminantes como polvos, gases, vapores, humos o nieblas?																							0		NO APLICA
¿Se tienen extractores en las zonas donde el proceso produce partículas?																							0		NO APLICA
¿Se tienen extractores en las áreas donde se producen vapores, humos, gases o nieblas?																							0		NO APLICA
¿Se realiza la extracción del contaminante fuera de la zona de operación del operario?																							0		NO APLICA
¿Se brinda un suministro de aire adecuado en todas las áreas de trabajo?																							0		NO APLICA
¿Se descarga el aire extraído fuera del punto de exposición?																							0		NO APLICA
¿Se provee una adecuada velocidad de transporte de las partículas?																							0		NO APLICA
¿Se considera la ventilación localizada antes que la general en las áreas de trabajo?																							0		NO APLICA
¿Se utilizan los extractores con campanas de captación de forma y tamaño adecuada a las características del foco de contaminación?																							0		NO APLICA
¿Esta el personal expuestos a cantidades significativas de vapores durante la jornada?																							0		NO APLICA
¿Se esta forzando un flujo general de las zonas limpias a las zonas contaminadas?																							0		NO APLICA
¿El flujo de aire en las zonas contaminadas es el adecuado?																							0		NO APLICA
¿Se evita que el personal esté colocado entre la fuente contaminante y la extracción?																							0		NO APLICA
¿Se compensan las entradas de aire con las respectivas salidas?																							0		NO APLICA
¿Se comprueba que el sistema de extracción esta funcionando según los cálculos teóricos?																							0		NO APLICA
¿Se determina y efectúa un mantenimiento periódico en las instalaciones y filtros?																							0		NO APLICA
¿Cuenta el local con aire acondicionado en buen estado?																							0		NO APLICA
RIESGO FINAL																							#DIV/0!		

Figura N° 8. Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de ventilación.

Fuente: Elaboración propia.

N°	Indicadores	EXPOSICIÓN										CONSECUENCIA					PROBABILIDAD					Grado de peligrosidad	Nivel de riesgo			
		10	6	3	2	1	0.5	0	100	50	25	15	5	1	0	10	6	3	1	0.5	0.1			0		
1	¿El trabajador desempeña sus labores en un espacio adecuado?																							0		NO APLICA
2	¿La altura de trabajo se adapta al tipo de tarea y dimensiones de cada trabajador?																							0		NO APLICA
3	¿Se respeta la altura de trabajo de 510 cm por encima de la altura de los codos para trabajos de alta producción?																							0		NO APLICA
4	¿Se respeta la altura de trabajo de 1015 cm por encima de la altura de los codos para trabajos de...																							0		NO APLICA
5	¿Se respeta la altura de trabajo de 1530 cm por encima de la altura de los codos para tareas pesadas?																							0		NO APLICA
6	¿Los elementos de uso muy frecuente están a menos de 25 cm de la mesa?																							0		NO APLICA
7	¿Se da alcance a los objetos de uso cotidiano por encima del nivel del hombro?																							0		NO APLICA
8	¿Se dan alcance a los objetos laterales o hay que volcar el cuerpo?																							0		NO APLICA
9	¿Hay apoyo de los antebrazos en bordes redondeados o cantos en la superficie de trabajo?																							0		NO APLICA
10	¿Hay espacio suficiente por encima de la superficie de trabajo?																							0		NO APLICA
11	¿Existe el espacio suficiente para que el alumno o trabajador se mueva?																							0		NO APLICA
12	¿Los asientos son adecuados o se usan banquetas o sillas?																							0		NO APLICA
13	¿La silla es adecuada para la altura del trabajador?																							0		NO APLICA
14	¿Los respaldos permiten el apoyo adecuado del tronco?																							0		NO APLICA
15	¿Se trabaja de pie sobre superficies inestables o irregulares?																							0		NO APLICA
16	¿Para el movimiento de objetos se dispone de ayuda mecánica?																							0		NO APLICA
17	¿Se disponen de áreas de almacenaje para los materiales y herramientas de uso cotidiano?																							0		NO APLICA
18	¿Los contenedores tienen los asideros adecuados para su agarre?																							0		NO APLICA
19	¿Se levantan cargas pesadas con el equipo adecuado?																							0		NO APLICA
20	¿Se tiene la postura adecuada de cabeza, cuello, tronco, brazos y piernas?																							0		NO APLICA
21	¿Los carros manuales están en buen estado para el transporte de objetos?																							0		NO APLICA
22	¿El punto de empuje o arrastre de los carros está a la altura de los nudillos del trabajador?																							0		NO APLICA
23	¿Se usan las herramientas adecuadas para las tareas?																							0		NO APLICA
24	¿Utiliza la postura adecuada el trabajador al uso de herramientas?																							0		NO APLICA
25	¿Están en buen estado los implementos que se usan para el desarrollo de las actividades?																							0		NO APLICA
26	¿Se pueden manejar las herramientas y equipos con comodidad ni sobreesfuerzo?																							0		NO APLICA
27	¿Existen condiciones de altas temperaturas en las zonas de trabajo?																							0		NO APLICA
28	¿Se adecua la carga de trabajo al tipo de trabajador?																							0		NO APLICA
29	¿Se realizan tareas monótonas y repetitivas?																							0		NO APLICA
RIESGO FINAL																								#DIV/0!		

Figura N° 9. Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de Ergonomía.

Fuente: Elaboración propia.

N°	Indicadores	EXPOSICIÓN							CONSECUENCIA					PROBABILIDAD					Grado de peligrosidad	Nivel de riesgo				
		CONTINUAMENTE muchas veces al día	FRECUENTEMENTE aproximadamente una vez al día	OCASIONALMENTE de una vez a la semana a una vez al mes	IRREGULARMENTE de una vez al mes a una vez al año	RARAMENTE cada bastantes años	REMOTAMENTE no se sabe que haya ocurrido pero no se descarta	NO HAY EXPOSICIÓN	CATASTROFE numerosas muertes	VARIAS MUERTES	MUERTE	LESIONES GRAVES	LESIONES CON INCAPACIDAD	LESIONES SIN INCAPACIDAD	NO HAY CONSECUENCIA	Es el resultado más probable y esperado	Es completamente posible, no será nada extraño	Sierra una secuencia o coincidencia rara pero posible, ha ocurrido			Coincidencia muy rara, pero se sabe que ha ocurrido	Coincidencia extremadamente remota pero concebible	Coincidencia prácticamente imposible, jamás ha ocurrido	No hay probabilidad
1	¿Cuentan los empleados y/o contratistas con el EPP adecuado para los trabajos que se realizan en la	10	6	3	2	1	0.5	0	100	50	25	15	5	1	0	10	6	3	1	0.5	0.1	0	0	NO APLICA
2	¿Se ha capacitado a los usuarios de los equipos el correcto manejo de estos?							0						0									0	NO APLICA
3	¿Conocen los trabajadores sobre equipos de protección personal?							0						0									0	NO APLICA
4	¿Se utiliza el equipo de protección personal para realizar las actividades?							0						0									0	NO APLICA
5	¿Se expone al empleado y/o contratista a riesgos derivados de sus actividades sin el EPP adecuado?							0						0									0	NO APLICA
6	¿Poseen los trabajadores protección en dedos y manos para las actividades que realizan?							0						0									0	NO APLICA
7	¿Posee el personal el EPP adecuado para la protección de cabeza y oídos?							0						0									0	NO APLICA
8	¿Se usan gafas o caretas para las actividades que así lo requieran?							0						0									0	NO APLICA
9	¿Posee el personal la protección debida para el sistema respiratorio como mascarillas o filtros?							0						0									0	NO APLICA
10	¿Posee el personal la debida protección para el tronco o abdomen como chalecos, batas o delantales?							0						0									0	NO APLICA
11	¿Se utilizan botas de seguridad en las áreas de trabajo que lo demandan?							0						0									0	NO APLICA
12	¿Es usado el equipo de protección personal adecuadamente por los trabajadores?							0						0									0	NO APLICA
13	¿Es adecuada la talla de EPP para el personal que lo utiliza?							0						0									0	NO APLICA
14	¿Esta en buenas condiciones el EPP que se da para el desarrollo de las actividades?							0						0									0	NO APLICA
15	¿Es usado el EPP de manera individual por todos los involucrados?							0						0									0	NO APLICA
16	¿Es revidado periódicamente el equipo de protección que se utiliza?							0						0									0	NO APLICA
17	¿Se corrobora que el equipo de protección aun brinde las garantías de seguridad para el personal?							0						0									0	NO APLICA
18	¿Se cambia el equipo de protección personal cuando este ya se encuentra deteriorado?							0						0									0	NO APLICA
19	¿Se encuentra almacenado el EPP adecuadamente para que no sufra daños?							0						0									0	NO APLICA
20	¿Después de ser usado el EPP se guarda adecuadamente en el espacio designado para ello?							0						0									0	NO APLICA
21	¿Se tiene control adecuado de los EPP existentes en el laboratorio?							0						0									0	NO APLICA
22	¿Se encuentran todos los equipos de protección personal necesarios para las actividades que se desarrollan?							0						0									0	NO APLICA
RIESGO FINAL									#¡DIV/0!										#DIV/0!					

Figura N° 10. Matriz de trabajo utilizada para la evaluación del Equipo de Protección Personal.

Fuente: Elaboración propia.

N°	Indicadores	EXPOSICIÓN							CONSECUENCIA					PROBABILIDAD					Grado de peligrosidad	Nivel de riesgo				
		CONTINUAMENTE muchas veces al día	FRECUENTEMENTE aproximadamente una vez al día	OCASIONALMENTE de una vez a la semana a una vez al mes	IRREGULARMENTE de una vez al mes a una vez al año	RARAMENTE cada bastantes años	REMOTAMENTE no se sabe que haya ocurrido pero no se descarta	NO HAY EXPOSICIÓN	CATASTROFE numerosas muertes	VARIAS MUERTES	MUERTE	LESIONES GRAVES	LESIONES CON INCAPACIDAD	LESIONES SIN INCAPACIDAD	NO HAY CONSECUENCIA	Es el resultado más probable y esperado	Es completamente posible, no será nada extraño	Sierra una secuencia o coincidencia rara pero posible, ha ocurrido			Coincidencia muy rara, pero se sabe que ha ocurrido	Coincidencia extremadamente remota pero concebible	Coincidencia prácticamente imposible, jamás ha ocurrido	No hay probabilidad
1	¿Se realizan tareas bajo el sol?	10	6	3	2	1	0.5	0	100	50	25	15	5	1	0	10	6	3	1	0.5	0.1	0	0	NO APLICA
2	¿Las tareas que se realizan bajo el sol, son de alta demanda física?							0						0									0	NO APLICA
3	¿Se realizan tareas de alta demanda física bajo techo, a temperatura ambiente?							0						0									0	NO APLICA
4	¿Se realizan tareas de alta demanda física bajo techo, en áreas con escasas							0						0									0	NO APLICA
RIESGO FINAL									#¡DIV/0!										#DIV/0!					

Figura N° 11. Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de Estrés térmico.

Fuente: Elaboración propia

RIESGO BIOLÓGICO																												
N°	Indicadores	EXPOSICIÓN					CONSECUENCIA					PROBABILIDAD				Grado de peligrosidad	Nivel de riesgo											
		CONTINUAMENTE muchas veces al día	FRECUENTEMENTE aproximadamente una vez al día	OCCASIONALMENTE una vez a la semana	IRREGULARMENTE una vez al mes a una vez al año	RARAMENTE cada bastantes años	REMOTAMENTE no se sabe que haya ocurrido, pero no se descarta	NO HAY EXPOSICIÓN	CATÁSTROFE numerosas muertes	VARIA S MUERTES	MUERTE	LESIONES GRAVES	LESIONES CON INCAPACIDAD	LESIONES SIN INCAPACIDAD	NO HAY CONSECUENCIA			Es el resultado más probable y esperado	Es completamente posible, no será nada extraño	Sería una secuencia o coincidencia rara pero posible, ha ocurrido	Coincidencia muy rara, pero se sabe que ha ocurrido	Coincidencia extremadamente remota pero concebible	Coincidencia prácticamente imposible, jamás ha ocurrido	No hay probabilidad				
1	¿Existen sustancias biológicas en los procesos que se desarrollan en el área?	10	6	3	2	1	0.5	0	100	50	25	15	5	1	0	10	6	3	1	0.5	0.1	0	0	0	0	0	#DIV/0!	
2	¿Existen sustancias de origen biológico en estado sólido, líquido o gaseoso que puedan representar un riesgo para los circunstantes del área?																										0	NO APLICA
3	¿Se evita el manejo de sustancias biológicas y se reporta si no están identificadas?																										0	NO APLICA
4	¿Las sustancias biológicas se manipulan de forma adecuada?																										0	NO APLICA
5	¿Se evita la exposición prolongada a la piel de alguna sustancia biológica?																										0	NO APLICA
6	¿Se protegen adecuadamente los ojos, nariz, boca y piel del personal expuesto?																										0	NO APLICA
7	¿Se evita la contaminación por vía dérmica en los procesos a los que se expone el personal?																										0	NO APLICA
8	¿Se verifica que no exista contaminación vía parental al personal involucrado en las actividades?																										0	NO APLICA
9	¿Se manejan sustancias biológicas letales o que pueden producir daños graves?																										0	NO APLICA
10	¿Se contaminan las aguas o el medio ambiente con el uso de los productos biológicos?																										0	NO APLICA
11	¿Se evita el contacto con productos biológicos no utilizados o para descarte?																										0	NO APLICA
12	¿Están aislados los productos que no se utilizan en los procesos?																										0	NO APLICA
13	¿Se eliminan adecuadamente los productos biológicos no utilizados o vencidos?																										0	NO APLICA
14	¿El almacenamiento de los productos biológicos es el adecuado?																										0	NO APLICA
RIESGO FINAL		#DIV/0!																										

Figura N° 14. Matriz de trabajo utilizada para la evaluación de riesgo biológico.

Fuente: Elaboración propia.

Tabla N° 6. Rango de niveles de riesgos. ¹²

Aceptable	≤20
Moderado	20-70
Notable	70-200
Alto	200-400
Muy alto	≥400

El siguiente apartado detalla los resultados alcanzados tras la evaluación de los riesgos presentes en la farmacia.

Tabla N° 7. Resultados de la evaluación de riesgos

Área:			
Número de trabajadores en el área:			
Puestos que desempeñan en el área:			
N°	Riesgo	Nivel de riesgos	Controles recomendados
1	Iluminación		
2	Señalización		
3	Ventilación		
4	Ergonomía		
5	EPP		
6	Estrés térmico		
7	Ruido		
8	Riesgo Químico		
9	Riesgo Biológico		

Fuente: Elaboración propia.

Tabla N° 8. Resultados de la evaluación de riesgos

Área:			
Número de trabajadores en el área:			
Puestos que desempeñan en el área:			
N°	Riesgo	Nivel de riesgos	Controles recomendados
1	Iluminación		
2	Señalización		
3	Ventilación		
4	Ergonomía		
5	EPP		
6	Estrés térmico		
7	Ruido		
8	Riesgo Químico		
9	Riesgo Biológico		

Fuente: Elaboración propia.

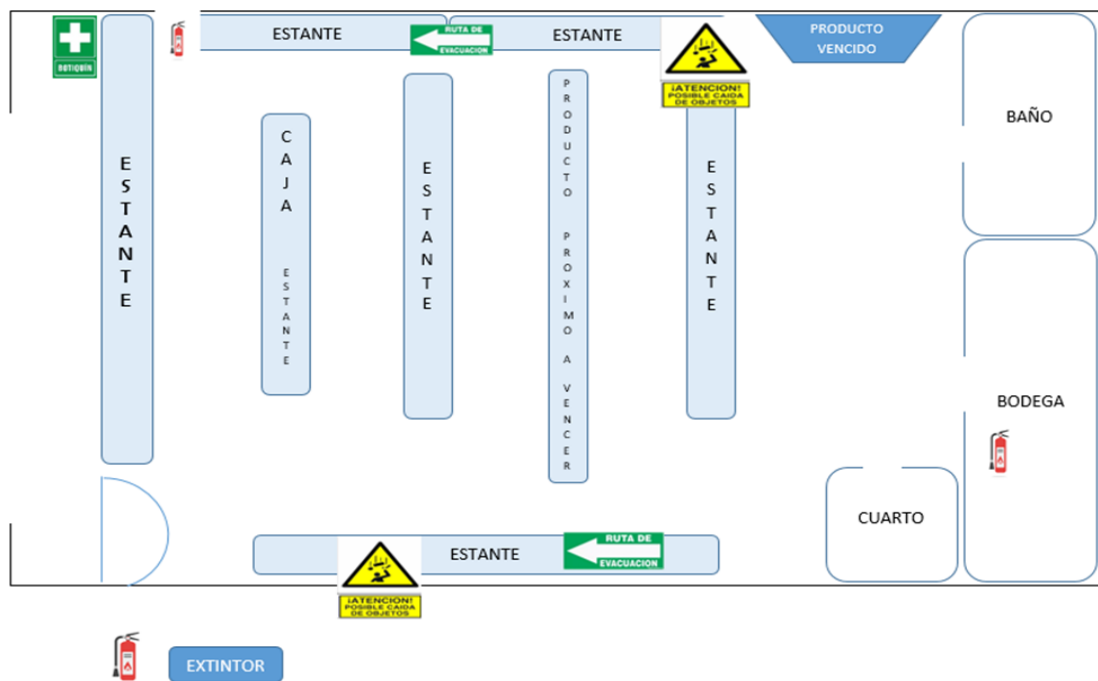


Figura N° 15. Mapeo y ubicación de la señalización.

Elaboración propia.

2.2. Identificación y evaluación de riesgos por áreas

Tabla N°9. Resultado de la evaluación de riesgos en el área

Área: Farmacia			
Número de trabajadores en el área:5			
Puestos que se desempeñan en el área: Dependientes de Farmacia,Vijilante,Cajera.			
Nº	Riesgo	Nivel de Riesgo	Controles recomendados
1	Iluminación	Bajo	Mantenimiento continuo a las lámparas ,verificar periódicamente la intensidad de la iluminación .
2	Señalización	Bajo	Colocar señalizaciones faltantes ejemplos: prohibido fumar en este establecimiento, prohibido comer y beber, peligro suelo resbaladizo.
3	Prevención de accidentes	Bajo	Instalar un sistema de alarma de emergencia, brindar números de emergencia y colocarlos a la vista del personal, Si se cuenta con el botiquín darle su debido uso correspondiente. .
4	Riesgo eléctrico	Bajo	Revisar periódicamente las instalaciones eléctricas ,verificar que los tomacorrientes y los cables estén en buenas condiciones, además realizar un tratamiento especial al material eléctrico desechado .
5	Prevención de incendios	Bajo	Capacitar al personal el uso adecuado de los extintores.
6	Ventilación	Bajo	Dar mantenimiento continuo al sistema de ventilación
7	Ergonomía	Bajo	Capacitar al personal sobre los riesgos ergonómicos, además proporcionar mobiliario adecuado y sillas ergonómicas.
8	EPP	Bajo	Proporcionar el equipo de protección necesario ,verificar el uso correcto del equipo de protección.
9	Riesgo químico	N/A	
10	Riesgo biológico	N/A	
11	Estrés térmico	N/A	
12	Ruido	Bajo	Verificar que los ventiladores estén funcionando correctamente para evitar el ruido excesivo .



Fuente: Elaboración propia.

3. Registro actualizado de accidentes, enfermedades profesionales y sucesos peligrosos.

3.1. Proponer formatos para registro de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

La importancia de establecer un formato para el registro de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales radica en que este documento es una herramienta fundamental para la gestión de la seguridad y salud en el trabajo (SST). A continuación, se detallan los principales motivos por los que su implementación es esencial:

- Permite un control sistemático de los incidentes laborales

El formato estandariza la forma en que se recopila la información, garantizando que todos los accidentes y enfermedades sean registrados de manera completa y uniforme. Esto evita la pérdida de datos importantes y facilita la comparación de casos.

- Facilita la investigación de causas

Contar con un registro detallado permite analizar las causas inmediatas y básicas de los accidentes o enfermedades, lo que ayuda a identificar las fallas en los procesos, equipos o comportamientos que los originaron. Así se pueden implementar acciones correctivas y preventivas efectivas.

- Mejora la prevención y reduce la siniestralidad

El análisis de los registros permite detectar tendencias o patrones repetitivos (por ejemplo, accidentes frecuentes en un área o tipo de tarea), lo que posibilita diseñar estrategias de prevención específicas para reducir la ocurrencia de nuevos casos.

- Cumple con los requisitos legales y normativos

En la mayoría de los países, las leyes laborales y las normas de SST (como la ISO 45001) exigen que las empresas mantengan registros actualizados de los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales. Cumplir con este requisito evita sanciones y demuestra el compromiso legal y ético de la organización.

- Facilita la comunicación y la transparencia

El formato permite que la información sea clara, verificable y accesible para los responsables de seguridad, la alta dirección, los trabajadores y las autoridades competentes. Esto fomenta una cultura de seguridad participativa.

- Apoya la toma de decisiones en seguridad y salud laboral

Los registros proporcionan datos estadísticos confiables que sirven de base para establecer políticas, programas de capacitación, inversiones en equipos de protección y mejoras en los procesos de trabajo.

- Contribuye a la mejora continua del sistema de gestión

Registrar, analizar y evaluar los accidentes y enfermedades permite retroalimentar el sistema de gestión de SST, fortaleciendo la mejora continua en la Farmacia.

Procedimiento N° 1. Registro de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ	MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.	CÓDIGO: P-FC-05 REVISIÓN: 02 FECHA REVISIÓN: 09/11/ 2025 PÁGINA: 1 de 2
REGISTRO DE ACCIDENTES DE TRABAJO Y ENFERMEDADES PROFESIONALES		

1. Datos generales

- Nombre del trabajador: _____
- Cargo o puesto: _____

- Área: _____
 - Fecha del suceso: ____ / ____ / ____
 - Hora del suceso: _____
 - Tipo de registro: Accidente de trabajo Enfermedad profesional
-

2. Descripción de suceso

- Lugar donde ocurrió: _____
 - Actividad que realizaba el trabajador al momento del suceso:
-

- Descripción detallada del accidente o enfermedad:
-

3. Causas probables

- Actos inseguros: _____
 - Condiciones inseguras: _____
 - Factores personales o ambientales: _____
-

4. Lesiones o daños

- Parte del cuerpo afectada: _____
- Tipo de lesión o enfermedad: _____

· Gravedad: Leve Moderada Grave Mortal

· Días de incapacidad médica (si aplica): _____

5. Atención y medidas inmediatas

· Persona que brindó los primeros auxilios: _____

· Centro de atención médica: _____

· Medidas correctivas inmediatas:

6. Investigación y acciones preventivas

· Causa raíz identificada: _____

· Acciones correctivas y preventivas propuestas:

· Responsable de implementar las acciones: _____

· Fecha estimada de cumplimiento: ____ / ____ / ____

7. Seguimiento

· Verificación de cumplimiento: Sí No

· Observaciones finales: _____

- Firma del responsable de seguridad y salud: _____
- Fecha: ____ / ____ / _____

Fuente: Elaboración propia.

3.2 Establecer procedimientos para cada riesgo identificado reduciendo accidentes laborales.

Importancia de establecer procedimientos: Establecer procedimientos para cada riesgo identificado radica en que permite prevenir y reducir los accidentes laborales, garantizando la seguridad, salud y bienestar de los trabajadores, además de mejorar la productividad y el cumplimiento legal de la empresa. Un entorno seguro y un programa de prevención de riesgos sólido generan un mayor sentido de bienestar y confianza en los empleados, mejorando su motivación y su compromiso se enlista las siguientes ventajas.

- Protección del trabajador: Los procedimientos específicos, como el uso correcto de equipos de protección personal y protocolos de respuesta a emergencias, salvaguardan la salud y la vida de los empleados.
- Reducción de accidentes: La existencia de protocolos claros reduce la probabilidad de que ocurran incidentes, ya que guía a los empleados sobre cómo actuar de manera segura ante cada situación.
- Mejora de la productividad: Un ambiente de trabajo seguro, sin interrupciones causadas por accidentes, contribuye a una mayor eficiencia y productividad de toda la plantilla.
- Disminución de costos: Al prevenir accidentes, las empresas reducen los costos asociados con indemnizaciones, bajas médicas, daños a la propiedad y paralizaciones de la producción.
- Cumplimiento de normativas: Contar con procedimientos documentados y aplicados demuestra el cumplimiento de las obligaciones legales en materia de seguridad y salud laboral.

Procedimiento N° 2. Procedimiento de Emergencia.

FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ	MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.	CÓDIGO: P-FC-07 REVISIÓN: 02 FECHA REVISIÓN: 09/11/ 2025 PÁGINA: 1 de 2
PROCEDIMIENTO DE EMERGENCIA		

1. Objetivo:

Establecer e implementar las acciones básicas para poder hacer frente a una situación de emergencia en las instalaciones de Farmacia, con el objeto de proteger la vida de los trabajadores.

2. Alcance:

Este documento aplica para situaciones de emergencia que puedan presentarse en Farmacia

3. Responsable:

F.	
Elabora:	Autoriza:

Las actividades que se desarrollan en farmacia son:

- a) Compra de medicamentos de uso humano en diversas formas farmacéuticas y diferentes estados (sólidos, líquidos y semisólidos).
- b) Almacenamiento en una bodega y sala de venta
- c) Dispensación.

5.2 Amenazas o peligros.

Como amenazas o peligros internos tenemos que pueden generarse:

- a) Incendios, explosiones de cilindros con gas propano.
- b) Derrames de productos químicos (medicamentos).
- c) Daño personal
- d) Sismo, terremoto e inundación.
- e) accidentes de tránsito y otras emergencias generadas por el hombre.

5.3 Señalización de emergencia.

Se establece una señalización que indique la ruta de evacuación, salida de emergencia, y punto de encuentro, señalización de extintores, riesgo de sustancias químicas.

5.4 Procedimientos de emergencias.

Para cada una de las situaciones de emergencia se establece el procedimiento básico a seguir en caso de:

- a) Incendio,
- b) Explosión,

- c) Terremoto
- d) Inundación
- e) Derrame de material peligroso para las personas y el ambiente.
- f) Daño personal

Directorio de emergencia

Números externos de emergencias:

Bomberos Ahuachapán _____	2443-0066
Cruz Verde Salvadoreña _____	2130-7633 / 2260-2454
Cruz Roja de El Salvador _____	2222-5155
PNC Delegación Cara Sucia _____	2437-0014

Fuente: Elaboración propia.

Procedimiento N° 3. Procedimiento en caso de inundación o derrame de sustancias.

FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ	MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.	CÓDIGO: P-FC-01 REVISIÓN: 02 REVISIÓN: 09/11/ PÁGINA: 1 de 2
PROCEDIMIENTO EN CASO DE INUNDACIÓN O DERRAME		

1. Objetivo:

Establecer e implementar las instrucciones a seguir en caso de inundación o derrame de sustancias que puedan dañar a las personas, instalaciones o el medio ambiente.

2. Alcance:

Este documento aplica en caso de inundación o derrame de sustancias en el establecimiento de farmacia

3. Responsable:

F	
Elabora:	Revisa:

4. Referencia:

Este documento está relacionado con la guía de buenas prácticas de almacenamiento vigente.

5. Desarrollo

Encargado de farmacia	<p>5.1 <u>En caso de inundación o Derrame:</u></p> <p>Las posibles causas de derrame y fugas a atender son:</p> <p>a) Derrames de solventes (líquidos inflamables).</p> <p>b) Líquidos corrosivos, Peróxidos.</p> <p>c) Derrame por medicamentos dañados.</p>
Personal de farmacia	<p>5.1.1 Asegurar la escena, identificando posibles fuentes de ignición a fin de controlarlas y evitar que estas puedan generar chispa, flama o una condición insegura del área en donde se encuentra el derrame o fuga de material químico peligroso.</p>

Fuente: Elaboración propia.

Procedimiento N°4. Evaluación del programa de prevención de riesgos.

<p>FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ</p>	<p>MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.</p>	<p>CÓDIGO: P-FC-02</p> <p>REVISIÓN: 02</p> <p>FECHA REVISIÓN: 09/11/ 2025</p> <p>PÁGINA: 1 de 2</p>
<p>EVALUACIÓN PERIÓDICA DEL PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS</p>		

1. Datos Generales

Elemento	Descripción
Nombre de la Farmacia	
Área o departamento evaluado	
Fecha de evaluación	
Evaluador(es) / Comité de Seguridad	
Periodo evaluado	
Responsable del Programa	

2. Aspectos Evaluados

Componente del Programa	Criterios de Evaluación	Cumple (Sí/No)	Evidencia / Observaciones	Acciones Correctivas o Preventivas
Política de Seguridad y Salud	Está actualizada, firmada y divulgada			
Identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos	Se realiza periódicamente y se actualiza según cambios			

Plan de Capacitación y Sensibilización	Cumplimiento del plan anual de capacitaciones			
Inspecciones de Seguridad	Se ejecutan conforme al cronograma establecido			
Equipos de Protección Personal	Dotación adecuada y uso correcto por los trabajadores			
Exámenes Médicos Ocupacionales	Cumplimiento de los controles médicos periódicos			
Comité de Seguridad y Salud	Sesiones realizadas y actas documentadas			
Plan de Emergencias	Actualización, difusión y simulacros realizados			
Accidentes e Incidentes	Registro, análisis e implementación de medidas correctivas			

3. Resultados Generales de la Evaluación

Nivel de Cumplimiento Global del Programa %

Cumplimiento Total

Cumplimiento Parcial

No Cumple

Nombre	Cargo	Firma	Fecha
Evaluador / Comité de Seguridad			
Responsable del Programa			
Representante de la Dirección			

Fuente: Elaboración propia.

3.3. Las causas habituales de los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales.

Los accidentes de trabajo suelen ser sucesos repentinos y violentos. Sus causas principales son:

Actos inseguros de los trabajadores: Acciones u omisiones que crean un riesgo, como:

- Operar equipos sin autorización o sin el adiestramiento adecuado.
- Limpiar, engrasar o reparar maquinaria en movimiento.
- Usar herramientas o equipos de manera inapropiada.
- No utilizar el equipo de protección personal (EPP) necesario.
- Adoptar posturas peligrosas o realizar esfuerzos físicos y falsos movimientos.
- Distraerse o no prestar atención a las normas de seguridad.

Condiciones inseguras en el lugar de trabajo: Deficiencias en el entorno físico o en los equipos, tales como:

- Falta de orden y limpieza, superficies resbaladizas u obstruidas.
- Protecciones inadecuadas o inexistentes en la maquinaria.
- Equipos, herramientas o instalaciones defectuosos o con mantenimiento deficiente.
- Iluminación o ventilación inadecuadas.
- Exposición a caídas desde alturas u objetos que caen.
- Contacto con productos químicos peligrosos.

4. Diseño de plan de emergencia y evacuación

4.1. Evacuación en caso de emergencias

Un protocolo de evacuación bien definido es esencial para salvaguardar vidas y minimizar daños durante situaciones de emergencia, como incendios, terremotos o amenazas de bomba. Este protocolo establece las acciones a seguir y los procedimientos a implementar para garantizar una salida rápida y segura de las personas de un lugar de peligro.¹³

4.2. Fases de la Evacuación

- Alerta: Se activa la alarma y se informa a las personas sobre la emergencia y la necesidad de evacuar de inmediato.
- Movilización: Las personas comienzan a desplazarse hacia las salidas de emergencia siguiendo las indicaciones del personal encargado.
- Evacuación: Las personas abandonan el lugar de la emergencia y se dirigen hacia un lugar seguro siguiendo las rutas de evacuación establecidas.
- Reagrupamiento: Una vez evacuadas, se realiza un conteo para asegurarse de que nadie haya quedado atrás y se proporciona información adicional sobre la situación.

4.3. Procedimiento de Evacuación

- Preparación: Antes de una emergencia, es fundamental tener un plan de evacuación que incluya rutas de escape, puntos de encuentro y roles asignados.
- Acciones durante la evacuación: Al sonar la alarma, se debe actuar con rapidez y calma, siguiendo las instrucciones del personal de seguridad. Es importante no correr ni empujar, y ayudar a quienes lo necesiten sin poner en riesgo la propia seguridad.
- Puntos de reunión: Al salir, dirígete a los puntos de reunión previamente señalados y asegúrate de que todos los presentes estén informados sobre las rutas de evacuación.

4.4. Consideraciones Especiales

- Personas con movilidad reducida: Es crucial tener en cuenta las necesidades de personas con discapacidades o movilidad reducida, asegurando que el protocolo de evacuación sea accesible para todos.

- Simulacros: Realizar simulacros periódicos ayuda a preparar a todos para una evacuación efectiva y a identificar posibles mejoras en el protocolo. La evacuación es un proceso vital que puede marcar la diferencia en situaciones de emergencia. Estar preparado y conocer las rutas y procedimientos adecuados es fundamental para garantizar la seguridad de todos.

Es un proceso crucial que requiere preparación y un plan de acción claro para proteger la vida y la integridad física de las personas. Seguir los protocolos establecidos y mantener la calma son pasos fundamentales.

4.5. Principios Clave para la Evacuación: Mantener la calma: El pánico puede obstaculizar el proceso. Respirar y pensar con claridad ayuda a tomar mejores decisiones.

- Conocer el plan de emergencia: Estar familiarizado con las rutas de evacuación y los puntos de encuentro del edificio o institución es vital.
- Seguir instrucciones: Atender las indicaciones del personal capacitado, como brigadistas o equipos de emergencia, que suelen llevar chalecos u otros distintivos.
- No usar ascensores: En la mayoría de las emergencias (incendios, sismos, cortes eléctricos), los ascensores pueden fallar, por lo que se deben usar las escaleras.
- Caminar rápido, no correr: Desplazarse con rapidez, pero de forma ordenada para evitar caídas y aglomeraciones.
- Ayudar a los demás: Prestar asistencia a personas con movilidad reducida, embarazadas, niños o ancianos.
- No regresar: Una vez que se ha iniciado la evacuación, bajo ninguna circunstancia se debe volver al área de peligro por objetos personales olvidados.
- Dirigirse al punto de encuentro: Es el lugar seguro preestablecido donde se realizará el conteo de personas para verificar que todos estén a salvo.
- Esperar indicaciones oficiales: Permanecer en el punto de encuentro hasta que las autoridades o los equipos de emergencia informen que es seguro regresar.

4.6. Acciones Específicas por tipo de Emergencia.

- Incendios: Si hay humo, agacharse (el aire frío está más cerca del suelo) y cubrir nariz y boca con un pañuelo o trapo. No abrir puertas si están calientes al tacto.
- Sismos: Durante el movimiento, protegerse la cabeza y buscar refugio debajo de muebles resistentes. Una vez que cese el temblor, evacuar con calma.
- Fugas de gas: Evacuar inmediatamente y no encender luces, aparatos eléctricos ni ningún tipo de fuego, ya que podría causar una explosión.

4.7 El "Taller de prevención y control de incendios" es un curso diseñado para capacitar a los participantes en la identificación de riesgos, la prevención de incendios y las técnicas básicas para su control.

- Comprender la naturaleza del fuego: incluyendo el triángulo/tetraedro del fuego y sus etapas.
- Identificar y evaluar riesgos: aprender a reconocer las fuentes potenciales de ignición y los materiales combustibles en diversos entornos (laborales, domésticos, forestales).
- Implementar medidas preventivas: conocer y aplicar precauciones para minimizar la probabilidad de un incendio.
- Desarrollar habilidades de respuesta inicial: capacitarse en el uso y manejo correcto de equipos de extinción, como extintores portátiles, para fuegos incipientes (conatos de incendio).
- Familiarizarse con los procedimientos de emergencia: entender la cadena de aviso (alarma), la evacuación y el auxilio.
- Aunque el contenido exacto puede variar dependiendo de si se enfoca en entornos industriales, forestales u otros, los temas comunes incluyen:
- Conceptos básicos del fuego: química del fuego, clases de fuego (A, B, C, D, K) y agentes extintores adecuados para cada tipo.
- Factores de riesgo: causas comunes de incendios, manejo seguro de líquidos inflamables y conexiones eléctricas, y acumulación de materiales combustibles.

- Sistemas de protección: tipos de detectores de humo y fuego, alarmas y sistemas de defensa fijos.
- Manejo de extintores: demostración práctica y uso de extintores multipropósito.
- Planes de emergencia y evacuación: procedimientos a seguir en caso de incendio y la importancia de los simulacros.
- Peligros para las personas: cómo actuar en caso de incendio y la gestión de emergencias.

Este tipo de formación suele estar dirigido a empleados, miembros de brigadas de emergencia, personal de seguridad industrial y, en casos específicos, a bomberos voluntarios, con el fin de promover una cultura de seguridad y minimizar los daños materiales y humanos en caso de siniestro.

Procedimientos de respuesta ante emergencias. La dirección y/o el coordinador de Seguridad de la farmacia en conocimiento de la emergencia, evaluará los pasos a seguir y si es necesario procederá a iniciar el Plan de Seguridad integral. Las posibles emergencias que han sido identificadas de acuerdo con el tipo de labor que se realiza, son las siguientes:

Prevención y combate contra incendios
Prevención de incendios. Para evitar incidentes relacionados con el fuego es necesario tener en cuenta los siguientes puntos: una de las principales causas de los incendios son los cigarrillos, por lo que es importante:

- No fumar en donde está prohibido.
- No fumar cerca de materiales peligrosos o inflamables.

Otro elemento que frecuentemente causa accidentes es la electricidad por lo que debe tener en consideración las siguientes recomendaciones:

- Aterrice todas las instalaciones eléctricas.
- No hacer modificaciones “austeras” de instalaciones.
- No sobrecargar la instalación.
- Siempre que sea posible utilizar reguladores y supresores de picos.

Por último, considerar también los siguientes puntos:

- Colocar equipos de detección de humo por todo el inmueble y verificar constantemente su buen funcionamiento.
- Adquirir suficientes extintores para la farmacia.
- Tener a la mano los números de emergencia.
- Combate contra incendios

4.8. Pasos a seguir antes de un incendio

Identificar las rutas de evacuación, así como: las salidas principales y alternas, verificando que estén libres de obstáculos.

- Evitar almacenar productos inflamables o usarlos sin ninguna precaución, leer las hojas de seguridad o MSDS.
- Mantener y verificar constantemente el buen estado de las instalaciones eléctricas y de gas en donde haya conexiones.
- No sobrecargar las conexiones eléctricas.
- Por ningún motivo jugar o verter agua cerca de las instalaciones eléctricas.
- No sustituir los fusibles por alambres o monedas.
- Identificar la ubicación de los extintores dentro de las instalaciones de la farmacia

Proponer un plan de evacuación y procedimientos en caso de emergencia, con el fin de garantizar la correcta orientación de los empleados durante una emergencia.

Actualizar periódicamente el plan de evacuación y los procedimientos de emergencia es crucial para garantizar la orientación correcta de los empleados, ya que los cambios en la infraestructura, el personal o las instalaciones requieren ajustes en las rutas de escape y los puntos de encuentro. Una actualización constante asegura que el plan siga siendo efectivo, reduce el pánico, previene lesiones, cumple con la normativa y minimiza las pérdidas materiales en caso de una emergencia.

4.9. Importancia de la actualización constante de los procedimientos de emergencia.

- Adaptación a cambios: Las empresas crecen, las instalaciones se modifican y el personal cambia. Actualizar el plan asegura que las rutas de evacuación sean claras y accesibles, los puntos de reunión sigan siendo seguros y los roles asignados sean relevantes.
- Mantenimiento de la efectividad: Los simulacros de evacuación deben evaluarse para identificar áreas de mejora. La actualización periódica garantiza que el plan se mantenga como una herramienta relevante y efectiva, y no como un documento obsoleto.
- Reducción del pánico y la confusión: Un plan actualizado y bien comunicado permite a los empleados saber exactamente qué hacer, lo que reduce el pánico y promueve una evacuación más rápida y ordenada.
- Cumplimiento legal: Es obligatorio por ley que las empresas tengan y actualicen sus planes de emergencia. La falta de actualización podría llevar a sanciones por parte de las autoridades de inspección laboral.
- Mejora de la seguridad general: Al mantenerse al día con los cambios, se puede identificar y corregir nuevos riesgos potenciales, como obstáculos en las rutas de escape, lo que contribuye a prevenir accidentes y salvar vidas.

Procedimiento N° 6. Plan de evacuación en caso de emergencia.

FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ	MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.	CÓDIGO: P-FC-08 REVISIÓN: 02 REVISIÓN: 09/11/2025 PÁGINA: 1 de 3
TÍTULO: PLAN DE EVACUACIÓN EN CASO DE EMERGENCIA.		

1. OBJETIVO:

Definir e implementar la secuencia de acciones a desarrollar para la evacuación de las instalaciones de farmacia ante situaciones de riesgo, con el objeto de proteger la vida de los trabajadores.

2. ALCANCE:

Este documento aplica para la evacuación de todas las áreas del establecimiento de Farmacia

desde el establecimiento de las rutas de evacuación e indicaciones en caso de emergencia, hasta el levantamiento del informe cuando suscite una emergencia.

3. RESPONSABLE:

F.	
Elabora:	Revisa :

4. REFERENCIA:

Este documento está relacionado con la Guía de Buenas Prácticas de Almacenamiento Vigente.

5. DESARROLLO

El desarrollo de un plan de evacuación en caso de emergencia es un proceso estratégico diseñado para salvaguardar la vida mediante el traslado organizado de personas desde una zona de riesgo hacia un lugar seguro.

5.1 Brigada De Evacuación:

5.1.1 Se establece una Brigada de Evacuación, Búsqueda y Rescate que realizarán las siguientes funciones:

5.1.1.1 Elaborar y actualizar el Procedimiento General de Evacuación.

5.1.1.2 Diseñar y mantener el sistema adecuado de señalización en todo el establecimiento indicando la ruta de evacuación en caso de emergencia.

5.1.1.3 Ejecutar y documentar los ejercicios y simulacros de evacuación, al menos una vez al año, y verificar la efectividad.

5.1.1.4 Evaluar los resultados de los ejercicios y simulacros de evacuación para identificar los puntos de mejora.

- 5.1.5 Dirigir la evacuación en caso de emergencia (evacuación, búsqueda y rescate).
- 5.4.5 Si hay demasiado humo desplazarse al ras de piso, colocándose un trapo humedecido con agua en la nariz y en la boca (esto le dará tiempo para escapar).
- 5.4.6 Antes de abrir una puerta, verificar siempre la temperatura (palpando), mantenerla cerrada si ésta está muy caliente y buscar otra vía de escape.
- 5.4.7 Si no se puede salir, dirigirse a una ventana y respirar a través de la misma, pedir ayuda, mantener la calma y esperar a ser rescatado.
- 5.4.8 Una vez evacuado el área, en el punto de reunión, pasar lista para verificar que todo el personal haya logrado salir.
- 5.3.1 En caso de que falte un compañero, informar a brigadistas para que procedan a su búsqueda y rescate.
- 5.3.2 Una vez en el punto de reunión, nunca regresar al sector evacuado sin autorización.

Fuente: Elaboración propia.

Procedimiento N° 7. En caso de incendio o explosión.

FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ	MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.	CÓDIGO: P-FC-09 REVISIÓN: 02 REVISIÓN:09/11/2025 PÁGINA: 1 de 2
TÍTULO: PROCEDIMIENTO EN CASO DE INCENDIO O EXPLOSIÓN.		

1. Objetivo:

Establecer e implementar las instrucciones a seguir en caso de incendio o de explosión.

2. Alcance:

Este documento aplica en caso de incendio o explosión en el establecimiento de farmacia

3. Responsable:

F.	
Elabora:	Revisa:

4. Referencia: Este documento está relacionado con la Guía de Buenas Prácticas de Almacenamiento Vigente.

5. Desarrollo: 5.1 En caso de incendio:

Personal de 5.1.1 Asegurarse que haya fuego y conserve la calma; identificar otros riesgos
farmacia. cercanos (gas propano, papel, cartón, instalación eléctrica, solventes
químicos).

5.1.2 Dar la alarma del incendio e identificar la ruta de evacuación más
cercana.

5.1.3 Si conoce su manejo, buscar el extintor más cercano y tratar de
combatir el fuego

5.1.4 Evaluar si puede ser controlado, de lo contrario contactar con cuerpos
de emergencia de bomberos municipal o PNC.

5.1.5 Obedecer las instrucciones del personal que atiende emergencia y
ayudar si se le solicita, de lo contrario alejarse serenamente.

5.1.6 Mojar un trapo o pañuelo y colocarlo sobre la nariz y la boca. Si el
humo es denso debe arrastrarse por el suelo.

5.1.7 Si hay necesidad de desalojar las instalaciones, obedecer las
instrucciones.

Encargado de
farmacia

5.1.8 Una vez controlada la emergencia, levantar una inspección de daños en
instalación, equipo y producto.

- 5.2 En caso de explosión:
- 5.2.1 Conservar la calma e identificar la ruta de evacuación más cercana.
 - 5.2.2 Informar de inmediato de la emergencia a encargado de farmacia
 - Personal de 5.2.3 Ver si hay heridos; no intentar mover a las personas lesionadas o farmacia. de 5.2.3 Ver si hay heridos; no intentar mover a las personas lesionadas o inconscientes a menos que estén en peligro cerca de cables eléctricos, derrame, incendio u otros riesgos graves.
 - 5.2.4 Aplicar primeros auxilios si está capacitado para hacerlo, en otro caso buscar o contactar a la Brigada de Atención de Primeros Auxilios. (Cruz verde, Cruz roja, PNC).
 - 5.2.5 Obedecer las instrucciones del personal de emergencia y ayudar si se le solicita, de lo contrario alejarse serenamente.
 - 5.2.6 Si hay necesidad de desalojar las instalaciones, obedecer las instrucciones.
 - 5.2.7 Una vez controlada la emergencia, levantar una inspección de daños en instalación, equipo y producto.

Fuente: Elaboración propia.

5.0. Entrenamiento de manera teórica y práctica a los trabajadores y trabajadoras sobre sus competencias, técnicas y riesgos específicos de su puesto de trabajo.

5.1. Proponer un plan de capacitaciones para los trabajadores sobre riesgos específicos de la farmacia y las medidas preventivas para un manejo seguro de medicamentos y equipos.

Para los trabajadores de la farmacia es fundamental garantizar un entorno laboral seguro y eficiente. Estas capacitaciones permiten que el personal conozca los riesgos específicos asociados con la manipulación de medicamentos y el uso de equipos farmacéuticos, reduciendo la probabilidad de errores, accidentes y exposición a sustancias peligrosas.

Además, fomentan el cumplimiento de normas de seguridad y protocolos sanitarios, protegen la salud del personal y de los pacientes, y mejoran la calidad del servicio. Un personal capacitado contribuye a un manejo responsable de los medicamentos, a la prevención de incidentes laborales y al fortalecimiento de la cultura de seguridad en la farmacia.¹⁴

La capacitación del personal de una farmacia en procedimientos de seguridad y manejo de emergencias es fundamental para garantizar la protección de los trabajadores, los clientes y los medicamentos que se manejan. A continuación, se detallan las principales razones de su importancia:

5.1.1 Prevención de accidentes y riesgos laborales

El personal farmacéutico trabaja con sustancias químicas, equipos eléctricos y productos potencialmente peligrosos. Una adecuada capacitación permite:

- Identificar y prevenir riesgos comunes (derrames, incendios, caídas, robos).
- Aplicar correctamente las normas de seguridad e higiene.
- Utilizar adecuadamente los equipos de protección personal (EPP).

5.1.2 Respuesta eficaz ante emergencias

En situaciones de emergencia (incendio, sismo, fuga de gas, accidente o intento de robo), el tiempo de reacción es crucial.

La formación del personal permite:

- Actuar con calma y rapidez siguiendo los protocolos establecidos.
- Proteger la integridad de las personas y reducir daños materiales.
- Conocer rutas de evacuación y uso de extintores.
- Brindar primeros auxilios básicos en caso necesario.

5.1.3 Cumplimiento de normativas legales y sanitarias

Las autoridades sanitarias y laborales suelen exigir planes de seguridad y capacitación periódica del personal.

Capacitar al equipo ayuda a:

- Cumplir con las normas de salud y seguridad ocupacional.
- Evitar sanciones o cierres por incumplimientos.
- Mantener la certificación o licencia de funcionamiento de la farmacia.

5.1.4. Protección del inventario y continuidad operativa

Una buena preparación ante emergencias reduce pérdidas económicas y daños en los medicamentos, que requieren condiciones de almacenamiento estrictas.

El personal capacitado puede:

- Responder adecuadamente ante cortes de energía, incendios o inundaciones.
- Asegurar la cadena de frío y evitar desperdicio de productos costosos.

5.1.5 Confianza y profesionalismo

Cuando los empleados demuestran conocimiento y control ante una situación crítica, los clientes perciben un servicio profesional y seguro, fortaleciendo la reputación de la farmacia.

5.2 Identificación y evaluación de riesgos

- Análisis de riesgos: Realizar una evaluación exhaustiva para identificar los peligros específicos de la farmacia, incluyendo riesgos químicos, biológicos, ergonómicos y de seguridad física.
- Identificación de peligros: Catalogar los riesgos asociados a cada tarea, como la manipulación de compuestos peligrosos, la repetición de movimientos o el uso de equipos eléctricos.⁽¹⁴⁾

5.3 Plan de capacitación por tipo de riesgo

- Manejo de medicamentos: Capacitar en la identificación de medicamentos controlados o de alto riesgo, procedimientos de almacenamiento seguro y dispensación para evitar errores de medicación.
- Riesgos ergonómicos: Instruir sobre posturas correctas al levantar peso, uso de ayudas mecánicas y la importancia de pausas activas para prevenir lesiones musculoesqueléticas.
- Riesgos químicos y biológicos: Enseñar el manejo seguro de sustancias químicas, cómo actuar en caso de derrames, y la correcta aplicación de medidas de bioseguridad para protegerse de agentes patógenos.
- Seguridad con equipos: Capacitar sobre el uso, mantenimiento y riesgos asociados a equipos como computadoras, impresoras, y otros equipos especializados, incluyendo la seguridad eléctrica.

5.4. Implementación de medidas preventivas

- Equipos de Protección Personal (EPP): Proporcionar y capacitar en el uso correcto de EPP como batas, guantes y mascarillas, asegurando que sean adecuados para cada tarea.

- Procedimientos de emergencia: Incluir la capacitación en primeros auxilios, evacuación y respuesta ante emergencias específicas de la farmacia, como incendios o exposiciones a químicos.
- Seguridad en el lugar de trabajo: Establecer protocolos para mantener el orden y la limpieza, señalar áreas de riesgo y asegurar que los pasillos estén libres de obstáculos.
- Supervisión: Monitorear el cumplimiento de las medidas de seguridad y corregir los comportamientos de riesgo de manera oportuna.
- Evaluación del programa: Recopilar retroalimentación de los trabajadores y evaluar la efectividad de las capacitaciones para realizar ajustes y mejoras futuras.

Procedimiento N° 8. Plan de capacitaciones sobre riesgos específicos en la farmacia.

<p>FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ</p>	<p>MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.</p>	<p>CÓDIGO: P-FC-03 REVISIÓN: 02 FECHA REVISIÓN: 09/11/ 2025 PÁGINA: 1 de 2</p>
<p>PLAN DE CAPACITACIONES SOBRE RIESGOS ESPECÍFICOS EN LA FARMACIA</p>		

Nombre de la empresa: _____

Área o departamento: _____

Elaborado por: _____

Cargo: _____

Fecha de elaboración: _____

2. Objetivo General

Fortalecer los conocimientos y competencias del personal de la farmacia en la identificación, prevención y control de los riesgos laborales específicos del sector farmacéutico, garantizando un manejo seguro de medicamentos, sustancias químicas y equipos.

3. Objetivos Específicos

- Capacitar al personal en la correcta manipulación, almacenamiento y disposición de medicamentos.
- Promover el uso adecuado de equipos de protección personal (EPP).
- Fomentar prácticas seguras para evitar accidentes y enfermedades labor
- Sensibilizar al personal sobre la importancia del cumplimiento de las normas de seguridad y salud ocupacional.

4. Cronograma de Ejecución

Mes / Fecha	Capacitación	Duración	Responsable
Enero	Identificación de riesgos específicos	2 h	Encargado SST
Febrero	Manejo seguro de medicamentos	3 h	Farmacéutico
Marzo	Uso de EPP	1.5 h	Técnico de seguridad
Abril	Prevención de accidentes	2 h	Brigada de emergencia
Mayo	Ergonomía laboral	1 h	Médico ocupacional

5. Temas de Capacitación

N	Tema	Contenido Principal	Duración	Modalidad Teórica/Práctica	Responsable / Instructor
1	Identificación de riesgos específicos en la farmacia.	Riesgos biológicos, químicos, ergonómicos y físicos	2 h	Teórica	Encargado de SST / Farmacéutico
2	Manejo seguro de medicamentos y sustancias químicas	Almacenamiento, etiquetado, control de caducidad, derrames	3 h	Teórico-práctica	Químico farmacéutico
3	Uso correcto de equipos de protección personal (EPP)	Tipos, mantenimiento y obligatoriedad de uso	1.5 h	Práctica	Técnico de seguridad
4	Prevención de accidentes y primeros auxilios	Procedimientos básicos ante emergencias	2 h	Teórico-práctica	Brigada de emergencia / Cruz Roja
5	Ergonomía en el puesto de trabajo	Posturas adecuadas, levantamiento de cargas, pausas activas	1 h	Teórica	Médico ocupacional

Fuente: Elaboración propia.

5.5 Identificación de riesgos específicos en la farmacia

La identificación de riesgos específicos en una farmacia es crucial para garantizar un entorno de trabajo seguro y saludable. Los riesgos laborales en farmacias pueden incluir:

- Riesgos ergonómicos: Posturas incorrectas, movimientos repetitivos y manipulación de cargas pesadas pueden causar lesiones musculoesqueléticas.
- Riesgos químicos: Manipulación de productos farmacéuticos y productos químicos que pueden ser tóxicos, corrosivos o inflamables.
- Riesgos biológicos: Contacto con pacientes y manipulación de productos farmacéuticos que pueden transmitir enfermedades infecciosas.
- Riesgos de seguridad: Robos, asaltos y manejo inadecuado de sustancias peligrosas.

Para prevenir estos riesgos, es fundamental implementar medidas de prevención adecuadas, como la formación en prevención de riesgos laborales, la capacitación en protocolos de emergencia y el uso de equipos de protección individual.⁶

5.6 Manejo seguro de medicamentos y sustancias químicas.

El manejo seguro de los medicamentos requiere la aplicación de normas específicas orientadas a garantizar la seguridad, la salubridad y el orden en el almacenamiento de sustancias químicas. Estas disposiciones están contenidas en el Decreto n.º 89, Reglamento General de la Ley de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo, que establece los requisitos mínimos que deben cumplir los locales destinados a dicha actividad.⁶

En primer lugar, el Artículo 200 del Decreto 89 dispone que los locales destinados al almacenamiento de sustancias químicas deben estar sólidamente contruidos, situados en terrenos no inundables, techados y con adecuada ventilación natural o forzada.

Además, el artículo exige la disponibilidad permanente de equipo de protección personal, así como de equipos para el control y limpieza de derrames, con el propósito de evitar que las concentraciones en el aire superen los niveles de toxicidad o peligrosidad establecidos.⁷

El Artículo 201 del mismo reglamento establece los requisitos para asegurar la limpieza de los locales, los cuales deben contar con paredes y techos lisos e impermeables, y suelos acondicionados con pendientes y canales de recogida que impidan la acumulación de líquidos y faciliten su drenaje hacia lugares seguros. Asimismo, prohíbe el almacenamiento de objetos innecesarios y exige que las instalaciones estén aisladas de forma que las sustancias almacenadas no puedan alcanzar otros espacios de trabajo en caso de contingencia.

En cuanto a las condiciones de las bodegas o locales de almacenamiento, el Artículo 202 indica que estos deben permanecer limpios, correctamente ventilados e iluminados. Además, los productos químicos deben estar clasificados según sus propiedades químicas, con separación de las sustancias incompatibles y con la prohibición del almacenamiento conjunto de materias que puedan provocar incendio o reacción peligrosa. Dichos productos deberán estar perfectamente identificados y etiquetados en todo momento, a fin de facilitar su manejo seguro.

Por su parte, el Artículo 204 impone responsabilidades específicas al personal directivo y al encargado del almacenamiento de sustancias químicas. Entre estas se incluyen el conocimiento de los procedimientos seguros de trabajo, las acciones a seguir ante contingencias o derrames, la correcta eliminación de residuos, y el uso adecuado de los elementos e instalaciones de seguridad.

Este mismo artículo establece la obligación de determinar la cantidad real almacenada de cada producto, mantener esta información actualizada diariamente y definir la ubicación de las zonas de almacenamiento en función de la compatibilidad de las sustancias. También se deben establecer las alturas máximas y condiciones de apilamiento, considerando la fragilidad de los envases y las propiedades de las sustancias, así como garantizar una distribución interna adecuada que permita el libre movimiento del personal y equipos.

De acuerdo con el Artículo 205, las sustancias químicas deben almacenarse en locales distintos a los de trabajo o en recintos completamente aislados, permitiéndose mantener en el área de producción únicamente la cantidad estrictamente necesaria para el proceso de

fabricación. Además, se prohíbe el almacenamiento conjunto de sustancias que puedan reaccionar entre sí, causar incendio, o que sean inflamables y tóxicas o muy tóxicas.

En lo relativo a los productos corrosivos, el Artículo 209 señala que los recipientes que los contengan deben permanecer cerrados, salvo al momento de su uso o limpieza, prohibiéndose expresamente su almacenaje por apilamiento. En caso de derrames, se debe señalar y resguardar el área afectada, proceder a la neutralización y limpieza del producto, y garantizar que la manipulación solo sea realizada por personal capacitado y provisto del equipo de protección personal correspondiente.

Finalmente, el Artículo 204, literal g, establece la obligación de asegurar la señalización y la prohibición de almacenamiento en salidas y vías de evacuación, además de disponer de un plan de revisiones periódicas para verificar la operatividad de las instalaciones y dispositivos de seguridad.

Este artículo subraya la necesidad de garantizar la formación del personal, especialmente en lo referente al conocimiento de los riesgos asociados a las sustancias peligrosas, las medidas preventivas aplicables, las normas de comportamiento y el uso correcto del equipo de protección personal.⁷

En conjunto, las disposiciones del Decreto n.º 89, Reglamento General PRLT, establecen un marco normativo claro y estricto que busca preservar la seguridad de los trabajadores, minimizar los riesgos asociados al manejo y almacenamiento de sustancias químicas, y asegurar que las condiciones de los locales y del personal cumplan con los estándares requeridos de seguridad, higiene y prevención en el ámbito laboral.¹²

El etiquetado de sustancias químicas constituye un elemento esencial en la gestión segura de los productos utilizados en el entorno laboral, ya que garantiza la identificación clara de los riesgos y la adopción de medidas preventivas adecuadas. Según lo establecido en el Decreto n.º 89, Reglamento General de la Ley de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo (PRLT), los recipientes que contengan sustancias químicas deben permanecer

perfectamente identificados y etiquetados en todo momento, con información visible, clara y legible en idioma castellano.¹²

El Artículo 204 del citado decreto dispone que el personal directivo y el responsable directo del almacenamiento de sustancias químicas deben controlar que los envases y embalajes estén correctamente etiquetados, mantener actualizado el Inventario de Sustancias Químicas, clasificadas según su tipo y grado de peligrosidad, y establecer procedimientos de trabajo seguros que garanticen el cumplimiento de las normas de seguridad.

Se requiere la elaboración y actualización de un plan de almacenamiento, en el que se consigne la cantidad máxima admisible tanto total como por tipo de sustancia, con el fin de evitar riesgos por exceso o incompatibilidad de materiales.⁷

Por su parte, el Artículo 52 de la Ley PRLT establece que los depósitos que contengan productos químicos peligrosos —por radiación, inflamabilidad, corrosividad, toxicidad, oxidación o inestabilidad— deben disponer de etiquetas con información clara y legible en idioma castellano, indicando los cuidados necesarios para su uso, manipulación, almacenamiento, disposición y las medidas que deben tomarse en caso de emergencia.

Esta disposición impone una obligación directa a fabricantes, importadores, distribuidores, almacenadores y transportistas, quienes deben proporcionar dicha información conforme a la normativa vigente.⁶

El Artículo 222 del Decreto 89 especifica el contenido mínimo que deben incluir las etiquetas de los productos químicos. Estas deben llevar adheridos rótulos o etiquetas con dibujos o textos, sin sustituir la señalización de seguridad existente, e indicar, al menos, lo siguiente: nombre de la sustancia o preparado, nombre, dirección y teléfono del fabricante o importador, así como los símbolos o pictogramas de peligro.

Deben incorporar la descripción de los riesgos, tanto de exposición crónica como aguda, las precauciones y medidas preventivas para su manejo, y las medidas de primeros auxilios a aplicar en caso de accidentes.⁷

En ausencia de normativa nacional específica, el Artículo 223 autoriza la aplicación supletoria del etiquetado internacional, el cual permite identificar productos explosivos, comburentes, inflamables, tóxicos, corrosivos, nocivos e irritantes, según los sistemas reconocidos internacionalmente.

El Artículo 226 dispone que cada recipiente y su tapa de embalaje deben marcarse adecuadamente, asegurando que las indicaciones permanezcan visibles durante todas las fases del suministro y utilización de las sustancias químicas.⁷

Complementariamente, el Artículo 227 exige que todo lugar de trabajo que manipule sustancias químicas cuente con las Hojas de Datos de Seguridad de los Materiales (MSDS), las cuales deben incluir información sobre la identificación del producto, composición, propiedades físico-químicas, estabilidad y reactividad, peligros identificados, controles ambientales, protección personal, medidas contra incendios, procedimientos ante vertidos accidentales, almacenamiento y manipulación, primeros auxilios, toxicología, ecología, eliminación, transporte y demás datos pertinentes.¹²

De acuerdo con el Artículo 224 del Decreto 89, cuando se reciban productos químicos sin etiquetar o sin hojas de datos de seguridad, el empleador deberá abstenerse de utilizarlos hasta obtener del proveedor la información correspondiente. Esta disposición refuerza el principio de prevención y precaución, evitando la exposición de los trabajadores a productos cuyo riesgo no haya sido debidamente identificado.¹²

De igual forma, el Artículo 225 establece que los desechos de sustancias químicas deben estar claramente identificados, indicando los nombres de sus componentes para proteger la salud de los trabajadores durante su almacenamiento y manejo.

Por último, el Artículo 214 del mismo reglamento determina que el empleador no debe permitir el uso de sustancias químicas hasta contar con toda la información pertinente sobre sus riesgos, etiquetas y hojas de seguridad. Asimismo, prohíbe la utilización de productos no etiquetados y establece que los trabajadores deben recibir capacitación e información adecuada para el manejo correcto de dichos productos.

En conjunto, las disposiciones contenidas en la Ley PRLT y en su Reglamento General (Decreto n.º 89) establecen un marco legal integral que promueve la seguridad en el manejo, identificación y etiquetado de sustancias químicas, garantizando así la protección de la salud de los trabajadores y la prevención de accidentes laborales derivados de la manipulación de productos peligrosos.¹²

5.7 Uso correcto de equipo de protección personal.

El Equipo de Protección Personal (EPP) se define como todo implemento, accesorio o equipo destinado a ser llevado o sujetado por el trabajador, con el propósito de protegerlo frente a uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o salud. Así lo establece el Artículo 89 del Decreto N.º 89, Reglamento General de la Ley de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo (PRLT), el cual determina que cualquier complemento o accesorio destinado a este fin se considera parte del EPP.¹²

El tipo de equipo requerido dependerá del riesgo al que el trabajador esté expuesto. En el caso de los riesgos eléctricos, el Artículo 93 del mismo reglamento indica que deben proporcionarse guantes y botas dieléctricas según el voltaje, cascos de protección, arneses, cinturones, fajas de seguridad, espolones, gafas contra impactos, ropa de trabajo, chalecos fluorescentes y capotes.

Para la manipulación de sustancias químicas, el Artículo 228 dispone que el equipo de protección debe minimizar la contaminación durante la medición o transferencia de productos peligrosos. Asimismo, el Artículo 229 especifica el uso de overol o mandil, botas de neopreno o hule, guantes impermeables, lentes de seguridad o pantallas faciales, y máscaras para gases y vapores, especialmente en el manejo de productos muy tóxicos, corrosivos o irritantes.⁷

Respecto a los agroquímicos, el Artículo 245 del Decreto N.º 89 señala que se deben emplear sombreros de ala ancha, overoles o camisas de manga larga, botas de hule, guantes impermeables, lentes de seguridad o pantallas faciales, y máscaras para polvos o vapores, procurando además aplicar los productos en horarios más frescos para reducir la incomodidad del uso del EPP.¹²

En cuanto a las vibraciones, el Artículo 180 dispone que los trabajadores que operen herramientas que generen vibración, como martillos neumáticos o compactadoras, deben ser provistos de equipos anti vibratorios, entre ellos cinturones, guantes, almohadillas y botas, con el objetivo de prevenir lesiones musculoesqueléticas.

Para los trabajos en altura, el Artículo 284 exige el uso de cinturones o arneses de seguridad cuando las protecciones colectivas, como barandales o redes, no sean posibles o suficientes.

En situaciones de riesgos biológicos, el Artículo 272 establece la obligación de implementar medidas de protección personal que incluyan ropa de trabajo, prendas tipo barrera, protección respiratoria y ocular. Complementariamente, el Artículo 273 enfatiza la observancia de medidas higiénicas, como la prohibición de comer o fumar en los lugares de trabajo y el manejo seguro de materiales biológicos.

De acuerdo con la Ley de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo (PRLT), el EPP debe ser adecuado a las necesidades personales del trabajador, adaptándose a sus condiciones anatómicas y fisiológicas mediante los ajustes necesarios. En concordancia, el Artículo 91 del Decreto N.º 89 establece que el equipo debe proporcionar protección eficaz sin generar riesgos adicionales o incomodidades innecesarias, garantizando así la seguridad y el bienestar del portador.¹²

5.8 Mantenimiento del Equipo de Protección Personal (EPP)

El mantenimiento del equipo de protección personal constituye una responsabilidad fundamental del empleador, quien debe garantizar su correcto funcionamiento conforme a las especificaciones técnicas del fabricante y a la normativa vigente. Según el artículo 90 del Decreto 89 del Reglamento General de la Ley de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo (PRLT), el empleador está obligado a asegurar que el mantenimiento de los equipos se realice de acuerdo con lo dispuesto por el fabricante, basándose en la norma técnica correspondiente.

Se establece la obligación de reponer dichos equipos cuando resulte necesario, asegurando así la protección continua del trabajador.⁷

De acuerdo con el artículo 92 del mismo Decreto, la efectividad y vida útil del equipo de protección personal dependen de su correcta utilización, almacenamiento, mantenimiento, limpieza y desinfección, acciones que deberán realizarse estrictamente conforme a las instrucciones del fabricante. Además, deben señalizarse las zonas donde el uso de EPP sea obligatorio, aplicándose esta disposición tanto a los trabajadores como al personal externo y visitantes.

En situaciones donde se utilicen equipos de protección contra caídas o eléctricos, estos deben ser inspeccionados periódicamente y retirados de inmediato si presentan defectos, ya sea para su destrucción o devolución al proveedor.

Respecto al manejo de la ropa de trabajo contaminada, el artículo 230 del Decreto 89 estipula que el lavado de dicha ropa será responsabilidad del empleador cuando los trabajadores estén expuestos de manera permanente a sustancias químicas. De igual forma, el artículo 273 establece que el empleador debe encargarse del lavado, descontaminación y, en caso necesario, destrucción de la ropa y equipos de protección utilizados frente a riesgos biológicos, prohibiéndose expresamente que los trabajadores los lleven a sus domicilios para tales fines.¹²

Por su parte, los trabajadores tienen la obligación de mantener en buenas condiciones el equipo que les ha sido proporcionado, según lo dispuesto en el artículo 73 del Decreto 89, el cual establece que deben velar por su propia seguridad, utilizar correctamente los equipos y conservarlos conforme a las instrucciones del empleador.

De esta manera, el mantenimiento del EPP se configura como una corresponsabilidad entre empleador y trabajador, orientada a preservar la integridad física, la salud y la seguridad en el entorno laboral, cumpliendo con los lineamientos establecidos en el Decreto 89 del Reglamento General PRLT.¹²

El cumplimiento del uso del equipo de protección personal (EPP) recae tanto en el empleador como en el trabajador, estableciendo responsabilidades complementarias en materia de provisión, utilización y mantenimiento.

En primer lugar, el empleador tiene la obligación de proveer gratuitamente a los trabajadores el equipo de protección personal necesario para el desempeño seguro de sus labores, garantizando su reposición cuando resulte necesario, así como velar por el buen uso y mantenimiento del mismo.

El Capítulo II del artículo 38 del Decreto 89 Reglamento General de Prevención de Riesgos Laborales y de Trabajo (PRLT), el empleador deberá suministrar los equipos, ropa de trabajo, herramientas especiales y medios técnicos de protección colectiva conforme a la naturaleza de las labores y las condiciones del trabajador, sin que ello implique carga financiera alguna para el mismo.¹²

Corresponde al empleador señalar las zonas en las que se requiera el uso de un EPP específico e informar a los trabajadores sobre los riesgos frente a los cuales dicho equipo brinda protección, así como sobre las actividades o circunstancias en las que debe utilizarse.

El trabajador está obligado a portar y utilizar correctamente el equipo de protección personal proporcionado, siguiendo las instrucciones y regulaciones establecidas por el empleador y las normas técnicas aplicables. El uso del EPP es obligatorio para todas las personas que ingresen o permanezcan en áreas donde se requiera, incluyendo personal externo y visitantes.⁷

El uso de elementos de protección auditiva se vuelve obligatorio cuando los niveles de ruido excedan los máximos permisibles, conforme al Artículo 163 del Decreto 89 PRLT, el cual establece la dotación de auriculares, orejeras o tapones individuales en casos de elevada intensidad sonora. Además, según el Artículo 165, las máquinas que generen ruido deberán ser adecuadamente aisladas y, cuando la exposición alcance los 85 dB(A) durante 8 horas, será imprescindible el empleo de dispositivos de protección personal auditiva.¹²

Tabla N° 10. Cronograma de las capacitaciones propuestas.

N°	Tema de Capacitación	Objetivo	Mes/ Periodo	Planificación (P)	Realización (R)	Responsable / Área
1	Conocimiento general sobre la Ley General de Prevención de Riesgos Laborales	Brindar información sobre los principios legales que rigen la seguridad y salud en el trabajo.	Noviembre – Enero	Noviembre	Noviembre	Regente
2	Conocimiento de la Higiene y Seguridad Ocupacional	Promover buenas prácticas para mantener un entorno laboral seguro y saludable.	Noviembre – Enero	Noviembre	Noviembre	Regente
3	Causas habituales de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales	Identificar las principales causas de accidentes laborales para prevenir su ocurrencia.	Noviembre – Enero	Noviembre	Noviembre	Regente

Tabla N° 10. (Continuación)

4	Programa de difusión y promoción de las actividades preventivas (instructivos y señales de prevención).	Reforzar el conocimiento sobre la señalización y comunicación visual de seguridad.	Noviembre – Enero	Diciembre	Enero	Regente
5	Evacuación en caso de emergencias	Capacitar al personal sobre rutas de evacuación, puntos de reunión y actuación ante emergencias.	Noviembre – Enero	Diciembre	Enero	Regente
6	Taller de prevención y control de incendios.	Instruir en el uso de extintores, sistemas de alarma y control de fuego.	Noviembre – Enero	Diciembre	Enero	Regente
7	Riesgos y exigencias del trabajo en cuanto a Ergonomía	Promover prácticas ergonómicas que reduzcan lesiones musculoesqueléticas.	Noviembre – Diciembre	Enero	Enero	Regente

Tabla N° 10. (Continuación)

8	Fortaleciendo los conocimientos en Salud Mental	Sensibilizar sobre la importancia del bienestar psicológico en el entorno laboral.	Noviembre – Enero	Enero	Enero	Regente
9	Programa complementario sobre consumo de alcohol, drogas y prevención de ITS / VIH–SID.	Concientizar sobre hábitos saludables y prevención de enfermedades de transmisión sexual.	Noviembre – Enero	Enero	Enero	Regente

Fuente: Elaboración propia.

6. Programa de exámenes médicos y atención de primeros auxilios en el lugar de trabajo.

6.2 Posturas adecuadas

El empleador tiene la obligación de garantizar las condiciones ergonómicas necesarias en cada puesto de trabajo, considerando la naturaleza de las labores desempeñadas, con el fin de prevenir la adopción de posturas forzadas que puedan afectar la salud del personal (Art. 30, Ley PRLT). El Decreto 89 establece que deben implementarse medidas orientadas a modificar herramientas o métodos de trabajo que provocan incomodidades o lesiones, procurando que las tareas no impliquen movimientos repetitivos o posiciones que generen fatiga.¹²

Entre las medidas preventivas se incluyen:

- Sustituir o diseñar herramientas manuales que causan incomodidades o lesiones.
- Evitar tareas que exijan posturas forzadas o sostenidas durante largos periodos.
- Establecer mecanismos de rotación en labores repetitivas para favorecer el descanso.
- Ajustar la altura de las sillas de trabajo según el tipo de tarea: menor altura para labores minuciosas y mayor para trabajos pesados.

6.3 Diseño del esfuerzo y adaptación del entorno

En las tareas de precisión o ensamble, se recomienda que los materiales estén dispuestos de manera que los músculos más fuertes del trabajador realicen la mayor parte del esfuerzo, reduciendo así la carga física y el riesgo de lesiones. Además, estas medidas deben complementarse con programas de capacitación e información, que orienten al personal sobre la importancia de mantener posturas adecuadas y adoptar hábitos ergonómicos que promuevan la salud ocupacional (Art. 179, Decreto 89 Reglamento General PRLT).^{12, 6}

6.4 Levantamiento y manejo de cargas

Todo lugar de trabajo debe contar con el equipo y las medidas adecuadas para la manipulación de cargas, a fin de prevenir lesiones musculoesqueléticas y accidentes laborales. La Ley de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo (Ley PRLT) establece en su Artículo 37 que el empleador debe garantizar estas condiciones, las cuales serán desarrolladas en el reglamento general correspondiente.⁶

Según el Decreto 89, Reglamento General de la Ley PRLT, se considera carga toda aquella cuyo peso, individual o en conjunto, sobrepase las siete libras (Art. 81). Para el manejo manual y mecánico de cargas, se dictan las siguientes disposiciones:

- Evaluación técnica y peso máximo: El empleador debe realizar un estudio técnico que determine las medidas necesarias para controlar o eliminar los riesgos asociados al levantamiento de cargas (Art. 82). El peso máximo permitido no debe sobrepasar el límite establecido en dicho estudio (Art. 83).
- Métodos y técnicas: Se deberá emplear una referencia internacional reconocida que asegure la salud del trabajador, considerando factores como la postura, frecuencia, distancia y condiciones del entorno laboral (Art. 82, numeral 1 y 2).⁷
- Actualización: El estudio sobre manejo de cargas debe actualizarse anualmente o cuando existan cambios en las condiciones o variables evaluadas (Art. 82, numeral 3).
- Capacitación: El empleador debe implementar un programa de entrenamiento sobre la manipulación segura de cargas cuando la actividad lo requiera (Art. 85).
- Cargas suspendidas: Está prohibido realizar recorridos de cargas suspendidas sobre áreas donde haya trabajadores o zonas de circulación de personas, con el fin de evitar accidentes por caída de objetos (Art. 86).

Estas medidas buscan proteger la integridad física de los trabajadores, reduciendo la incidencia de trastornos musculoesqueléticos y promoviendo condiciones seguras en todas las labores que impliquen el levantamiento o transporte de cargas.

La normativa en materia de prevención laboral establece que las pausas activas forman parte esencial de los programas preventivos orientados a reducir los riesgos psicosociales en el trabajo. Según el artículo 55 del Decreto 86, Reglamento de Gestión de la PRLT, dichos programas deben incluir el diseño de turnos, rotaciones y pausas que respondan a las exigencias psicofisiológicas de las tareas y a las características individuales de los trabajadores.

En este sentido, se promueven medidas preventivas concretas que buscan minimizar los efectos negativos del trabajo monótono y repetitivo, fomentar relaciones laborales respetuosas y participativas, y garantizar una comunicación eficaz dentro del entorno laboral.

Asimismo, el Decreto 89, Reglamento General de la PRLT, en su artículo 177, establece que la evaluación del nivel de actividad manual debe considerar factores como la frecuencia de trabajo, descansos, pausas y velocidad de movimiento. Estas evaluaciones se realizan mediante métodos de observación estandarizados o listas de chequeo validadas, asegurando el control de riesgos ergonómicos y la prevención de lesiones.

Por último, el artículo 178 del mismo reglamento dispone que la Dirección General de Previsión Social promoverá la incorporación de criterios ergonómicos en el diseño de maquinaria, equipo y herramientas, con el fin de prevenir accidentes y enfermedades profesionales, fomentando así un entorno laboral más saludable y productivo.

7. Establecimiento de programas complementarios sobre consumo de alcohol y drogas, prevención de infecciones de transmisión sexual, VIH/SIDA, salud mental y salud reproductiva.

7.1 Programa complementario sobre consumo de alcohol, drogas y prevención de ITS / VIH-SIDA.

Es importante recordar a qué nos referimos cuando hablamos de las drogas. Se trata de una sustancia que cuando se introduce en un organismo vivo por cualquier vía de administración (oral, intravenosa), actúa sobre nuestro Sistema Nervioso Central (SNC), provocando alteraciones fisiológicas, cognitivas, emocionales y/o de nuestro comportamiento.¹⁵

Además, otras dos características importantes de las drogas son, por un lado, que son sustancias que generan dependencia, es decir, que nuestro organismo se acostumbra a esta sustancia y nos genera necesidad o deseo de volver a consumirla, generando así una adicción. y, por otro lado, cuanto más consumimos una droga, mayor cantidad de esa sustancia necesitaremos en la siguiente ocasión para experimentar el mismo efecto, lo cual es una propiedad de las drogas que se denomina tolerancia.¹⁵

Estas características de las drogas, hacen que estas sustancias sean especialmente de riesgo de generar daños psicológicos, pues al consumirlas de una forma mantenida en el tiempo, la persona puede llegar a sentirse dependiente de dicha sustancia, priorizando su consumo por encima de otras prioridades vitales.

7.2 ¿Cuáles son los principales tipos de drogas y sus efectos?

Es importante saber que hay tanto drogas legales (principalmente el tabaco, los fármacos, el alcohol y el cannabis en algunos países) como muchas otras cuyo consumo es ilegal, aunque igualmente sean consumidas. Es una primera distinción que nos da una primera indicación de los efectos y consecuencias de todas las drogas no es semejante.¹⁵

7.3. Clasificación de los tipos de drogas en función de los efectos que generan a nivel fisiológico:

- Drogas depresoras

Los efectos de las drogas depresoras a nivel fisiológico consisten en ralentizar el funcionamiento del sistema nervioso provocando diferentes niveles de relajación o inactivación corporal. Las drogas depresoras más consumidas son el alcohol, los derivados opiáceos, (como la heroína, la morfina o la metadona), las benzodiazepinas y los hipnóticos.

En general, bajo el efecto de las drogas depresoras, podrás notar las siguientes sensaciones: Tardarás más en realizar los procesos cognitivos como la toma de decisiones y tu tiempo de reacción aumentará. Te moverás más despacio. Te notarás desinhibido/a, con menos vergüenza, tu percepción estará alterada, por lo que quizás interpretas erróneamente algunas situaciones.

- Estimulantes:

Los efectos de las drogas estimulantes a nivel fisiológico consisten en activar el funcionamiento del sistema nervioso provocando distintos grados de hiperactividad a nivel cerebral, corporal y emocional. Las drogas estimulantes más consumidas son la cocaína, las anfetaminas y metanfetaminas, la cafeína y la nicotina.

En general, bajo el consumo de drogas estimulantes, algunos de los efectos que puedes percibir son los siguientes: Sentirte más activo/a o nervioso/a, que te puede llegar a generar impulsividad, poca paciencia, baja tolerancia a la frustración, mucha necesidad de movimiento. También aumenta la sensación de confianza en uno mismo/a, lo cual nos hace tener una menor percepción de los riesgos.

– Perturbadoras:

Las drogas perturbadoras del sistema nervioso central son aquellas sustancias que trastocan el funcionamiento del cerebro dando lugar a distorsiones de la percepción y las sensaciones, o incluso, generando estados de alucinación. Las drogas más consumidas son la marihuana, el hachís, el LSD (dietilamida de ácido lisérgico), las drogas psicodélicas como el peyote, los hongos alucinógenos y el éxtasis.

En general, bajo el efecto de las drogas perturbadoras, podrás notar los siguientes efectos: Se producirán alteraciones muy importantes en tu capacidad de percibir los estímulos sensoriales del entorno y distorsiones del pensamiento, que te pueden llevar a realizar acciones o tomar decisiones en base a la información que en ese momento percibes, de las que después puedes arrepentirte una vez desaparezcan los efectos. Podrás sufrir estados alterados de conciencia, que te generan emociones intensas. Disminuirán tus reflejos y tu capacidad de coordinación motora, lo que provocará que tus movimientos quizás sean torpes o lentos.

7.4 Consecuencias del consumo de drogas

Existen importantes diferencias entre los efectos y consecuencias de cada droga, principalmente en función de su potencial adictivo (de producir tolerancia, dependencia y síndrome de abstinencia), de su capacidad de producir la muerte por sobredosis y del riesgo de generar problemas de salud asociados.

Sin embargo, a continuación, se van a detallar algunas de las principales consecuencias a largo plazo del consumo de drogas, de forma muy general, sin entrar en detalles de cada tipo concreto. Se ha encontrado que existe relación entre el consumo de drogas y la realización de otras conductas de riesgo, como por ejemplo mantener relaciones sexuales sin usar protección, cometer delitos de diferentes tipos o la conducción temeraria de vehículos.

7.5 Problemas de salud



Figura N°17. Infografía sobre daños cerebrales sobre las drogas.¹⁶

El consumo de drogas contribuye al desarrollo de problemas de salud como las enfermedades cardíacas, digestivas, pulmonares y los problemas de sueño, además de un mayor riesgo de desarrollar alguno de los diferentes tipos de cáncer.

Así mismo, el abuso de sustancias psicoactivas tiene consecuencias negativas para el desarrollo cerebral, siendo esto especialmente dañino cuando el consumo da comienzo en edades tempranas, como por ejemplo en la adolescencia.

7.6 Problemas psicológicos

Nos encontramos con que el abuso de sustancias aumenta la probabilidad de desarrollar sintomatología de ansiedad, de depresión y al desarrollo de trastornos psicóticos, y viceversa. Es decir, tener problemas psicológicos también constituye un factor de riesgo para el desarrollo de un problema de consumo de drogas.

Por otro lado, respecto a la afectación de las funciones cerebrales, se ha encontrado que el consumo de drogas tiene consecuencias negativas para diferentes procesos cognitivos humanos: la memoria, la concentración y el aprendizaje.

7.7 Problemas relacionales y sociales

El consumo abusivo de drogas también tiene consecuencias para el área relacional y social de la persona. Algunos ejemplos de ello serían problemas familiares, dificultades en las relaciones con los amigos, conflictos de pareja y de convivencia, dificultades escolares o laborales, o, incluso problemas económicos y legales.

Como vemos, todo esto constituye un factor de riesgo para que la persona presente malestar psicológico, puesto que el abuso de sustancias genera daños importantes en las áreas significativas de su vida. Por esta razón, contar con el apoyo de un psicólogo especialista en adicciones online puede marcar una gran diferencia en la mejora de la calidad de vida de quienes han desarrollado un problema de drogodependencia.

7.8 ¿Qué son las infecciones de transmisión sexual (ITS)?

Las infecciones de transmisión sexual (ITS) son infecciones que se transmiten de una persona a otra a través del contacto sexual. Si no son tratadas, pueden convertirse en una enfermedad de transmisión sexual (ETS).¹⁷

Las ITS usualmente se propagan a través del contacto sexual vaginal, oral o anal. Sin embargo, a veces pueden transmitirse a través de otro contacto físico íntimo involucrando el pene, vagina, boca o ano. Esto se debe a que algunas ITS, como el herpes y el virus del papiloma humano, se transmiten por contacto de piel a piel.¹⁷

Algunas ITS pueden transmitirse al feto durante el embarazo o el parto. Otras formas en que las ITS podrían propagarse son durante la lactancia, a través de transfusiones de sangre o al compartir agujas.

Existen más de 30 tipos de virus, bacterias y parásitos que pueden causar ITS la mayoría son tratables hoy día. Algunas de las más comunes son:

Sífilis: Causada por una bacteria, la sífilis puede manifestarse en diferentes etapas, cada una con síntomas característicos. Si no se trata, puede causar daños graves a órganos vitales.

Clamidia: Una infección bacteriana muy común, especialmente en jóvenes sexualmente activos. A menudo no presenta síntomas, pero puede causar infertilidad si no se trata a tiempo.¹⁷

VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana): Ataca el sistema inmunológico, debilitándolo y dejando al cuerpo vulnerable a otras infecciones. El VIH puede progresar a SIDA si no se trata.

Hepatitis B y C: Virus que afectan al hígado. La hepatitis B puede ser aguda o crónica, mientras que la hepatitis C es casi siempre crónica. Ambas pueden causar cirrosis y cáncer de hígado.

VPH (Virus del Papiloma Humano): Es el virus de transmisión sexual más común y puede causar verrugas genitales y cáncer de cuello uterino.

El uso de condones reduce significativamente el riesgo de contraer muchas ITS, pero no ofrece una protección completa contra todas ellas. Es importante destacar que muchas ITS no presentan síntomas, por lo que la única forma de saber si tienes una infección es hacerte una prueba. Los síntomas de las ITS pueden variar ampliamente, desde leves o inexistentes hasta muy graves.¹⁸

Algunos síntomas comunes incluyen:

- Dolor o ardor al orinar
- Secreción inusual del pene o la vagina
- Llagas o verrugas en los genitales, boca o ano
- Dolor abdominal
- Fiebre
- Ganglios linfáticos inflamados

El tratamiento de las ITS depende del tipo de infección y de su etapa. Algunas ITS pueden curarse con antibióticos, mientras que otras, como el VIH y la hepatitis, se tratan con medicamentos antivirales. Es fundamental buscar atención médica si sospechas que puedes tener una ITS. Un diagnóstico temprano y un tratamiento adecuado pueden prevenir complicaciones graves. La mejor manera de prevenir las ITS es:

Practicar sexo seguro: Utiliza condones de manera correcta y consistente.

Reducir el número de parejas sexuales: Cuanto menos parejas sexuales tengas, menor será el riesgo de contraer una ITS.

Vacunarse: Existen vacunas contra el VPH y la hepatitis B.

Realizarse pruebas de detección regularmente: Especialmente si eres sexualmente activo.¹⁸

8. Planificación de actividades y reuniones del comité de seguridad y salud ocupacional.

Tabla N° 12. (Continuación)

Realizar feria de seguridad y salud ocupacional												
Actualización de carteles												
Elaboración de programa educativo												
Actualización del PGPRO												
Realizar inspecciones en las diferentes área												
Conmemoración del día internacional de la seguridad y salud ocupacional												
Investigación de accidentes laborales												

Fuente: Elaboración propia.

9. Programa de difusión y promoción de las actividades preventivas en el lugar de trabajo.

9.1 Elaborar un programa de difusión de información de las actividades preventivas en los lugares de trabajo.

La importancia de difundir las actividades preventivas en el lugar de trabajo radica en reducir accidentes, cumplir con la ley, mejorar el clima laboral, y aumentar la productividad y el compromiso de los empleados. Una comunicación efectiva asegura que todos los trabajadores conozcan sus responsabilidades y se sientan parte de la cultura de seguridad de la empresa.

9.1.1 Beneficios clave de la difusión de información

- Prevención de accidentes y enfermedades: Informar a los trabajadores sobre los riesgos y las medidas preventivas ayuda a evitar accidentes laborales y enfermedades profesionales.
- Cumplimiento legal: Difundir la política de prevención y los procedimientos de seguridad asegura que la empresa cumple con la normativa vigente y evita sanciones.
- Mejora del ambiente laboral: Cuando los empleados se sienten informados y seguros, su moral y compromiso aumentan, lo que se traduce en un mejor clima laboral.
- Aumento de la productividad: Un entorno de trabajo seguro minimiza las interrupciones por accidentes, lo que contribuye a una mayor eficiencia y productividad.
- Fomento de la cultura de seguridad: La comunicación constante refuerza la importancia de la seguridad en todos los niveles de la organización, haciéndola un valor fundamental para todos.
- Claridad en roles y responsabilidades: Un programa de difusión bien estructurado permite que cada empleado comprenda sus funciones, procedimientos y políticas de prevención, asegurando que todos sepan cómo actuar.



Figura N°18. Infografía sobre comunicación en el trabajo.¹⁹

Procedimiento N° 5. Programa de difusión de información de las actividades preventivas en los lugares de trabajo.

<p>FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ</p>	<p>MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.</p>	<p>CÓDIGO: P-FC-04 REVISIÓN: 02 FECHA REVISIÓN: 09/11/ 2025 PÁGINA: 1 de 2</p>
<p>PROGRAMA DE DIFUSIÓN DE INFORMACIÓN DE LAS ACTIVIDADES PREVENTIVAS EN LOS LUGARES DE TRABAJO</p>		

1. Objetivo:

Promover una cultura de prevención en el lugar de trabajo mediante la difusión continua de información sobre riesgos laborales, medidas preventivas y actividades de seguridad y salud ocupacional, con el fin de reducir accidentes y enfermedades profesionales.

2. Alcance:

Este programa aplica a todos los trabajadores de la farmacia, incluyendo personal administrativo, técnico y operativo.

3. Responsables:

Encargado de Seguridad y Salud Ocupacional: Coordinar y supervisar las actividades de difusión.

Gerente o Propietario: Brindar apoyo y recursos para el cumplimiento del programa.

Todo el personal: Participar activamente en las actividades informativas.

4. Recursos:

- Material impreso (afiches, trípticos, boletines).
- Medios digitales (redes internas, grupos de mensajería, correo electrónico).
- Espacios para charlas o reuniones informativas.

5. Evaluación del Programa:

- Registro de participación del personal.
- Retroalimentación mediante encuestas.

Informe semestral de resultados y propuestas de mejora

6. Actividades de Difusión:

Listado de Actividades de Difusión

Actividad	Descripción	Frecuencia	Responsable	Medio de Difusión
Charlas informativas	Sesiones breves sobre riesgos laborales, ergonomía,	Mensual	Encargado de SSO	Presencial / Virtual

(Continuación)

	primeros auxilios, manejo de medicamentos, etc.			
Boletines informativos	Publicación de mensajes y recordatorios sobre seguridad laboral.	Bimensual	Encargado de SSO	Tablero informativo / WhatsApp / Correo
Campañas temáticas	Actividades enfocadas en temas específicos (ej. “Uso correcto de EPP”, “Prevención de caídas”).	Trimestral	Encargado de SSO	Afiches / Redes internas
Señalización preventiva	Colocación y mantenimiento de señalización de seguridad en áreas críticas.	Permanente	Encargado de SSO	Áreas de trabajo
Evaluación de conocimiento	Pequeñas encuestas o cuestionarios para verificar la comprensión del personal.	Semestral	Encargado de SSO	Formularios físicos o digitales

Fuente: Elaboración propia.

9.2 Un programa de difusión y promoción de actividades preventivas

Es un componente esencial de un sistema de gestión de Seguridad y Salud Ocupacional (SSO) eficaz, diseñado para comunicar, educar y concienciar a los trabajadores sobre los riesgos y las medidas para controlarlos.

9.2.1 Elementos Clave del Programa

Diagnóstico Inicial: Identificar y evaluar los riesgos laborales presentes en el lugar de trabajo para determinar las necesidades específicas de prevención y señalización.

Objetivos Claros: Establecer qué se quiere lograr con el programa (ej. reducir incidentes, asegurar el entendimiento de las señales, fomentar una cultura de seguridad).

9.2.2 Contenido a Difundir:

- **Instructivos:** Procedimientos de trabajo seguro, guías de uso de equipos de protección personal (EPP), protocolos de emergencia, etc.
- **Señales de Prevención:** Señalización universalmente conocida (prohibición, obligación, advertencia, información de equipos de emergencia, rutas de evacuación).
- **Métodos y Canales de Difusión:** Utilizar diversos medios para asegurar que la información llegue a todo el personal:
- **Charlas y Capacitaciones:** Sesiones informativas breves y regulares sobre riesgos específicos y la interpretación de señales.
- **Medios escritos:** Carteles, folletos, manuales, guías y artículos alusivos publicados en murales o entregados directamente.
- **Medios Digitales:** Intranet, correos electrónicos, vídeos informativos o plataformas de formación en línea.
- **Señalización Física:** Colocación estratégica de rótulos y señales en los lugares de riesgo o de paso.
- **Responsables:** Designar un equipo o persona encargada de la ejecución, seguimiento y actualización del programa (ej. el Comité de Seguridad y Salud, personal de SSO).

- Seguimiento y Evaluación: Verificar periódicamente la efectividad de las actividades a través de listas de chequeo, auditorías o retroalimentación del personal, y aplicar medidas correctivas si es necesario.
- Revisión y Mejora Continua: Actualizar el programa al menos anualmente o cuando se identifiquen nuevas necesidades o cambios en las condiciones de trabajo.

9.3 Estrategias para una Difusión Efectiva

- Lenguaje Claro y Sencillo: Los instructivos deben ser fáciles de entender por todos los trabajadores, idealmente usando gráficos o pictogramas.
- Participación Activa: Fomentar la implicación de los empleados en la identificación de riesgos y en la propuesta de mejoras en la señalización.
- Liderazgo Ejemplar: Asegurar que la dirección y los supervisores lideren con el ejemplo en el cumplimiento de las normas preventivas.
- Material Atractivo: Utilizar un diseño visual claro y atractivo para captar la atención sobre las señales y advertencias de seguridad.
- Ubicación Estratégica: Colocar los materiales informativos y señales en áreas de alta visibilidad o cerca del punto de riesgo específico al que se refieren.

9.4 Importancia de Difusión Efectiva

- Mejora del ambiente de trabajo

Los riesgos psicosociales (como sobrecarga laboral, falta de autonomía o acoso) afectan directamente el bienestar físico y mental del personal. Un programa preventivo busca identificar y controlar estos factores.

- Promoción de la salud mental

La sensibilización y la formación en riesgos psicosociales ayudan a crear una cultura laboral más saludable, reduciendo el estrés, el agotamiento y aumentando la resiliencia del equipo.

- Clima laboral-salud mental

Factor fundamental para el bienestar y el rendimiento de las personas trabajadoras, así como para el éxito de las organizaciones. Un entorno de trabajo positivo y saludable no solo contribuye a la satisfacción de las personas trabajadoras, sino que también tiene un impacto directo en la salud mental, así como en los resultados financieros de las empresas. Es esencial, un entorno que fomente la comunicación, el respeto y la equidad promoviendo el bienestar emocional.

- Promoción de la salud mental

La promoción de la salud en el trabajo a través de políticas que fomenten la salud y el bienestar de la persona ayuda a reducir enfermedades laborales.

- Felicidad en el trabajo

La felicidad en el trabajo es sinónimo de bienestar para las personas trabajadoras y salud mental. La OMS lo define como un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad.

Las personas felices son más productivas, están más comprometidas con su empresa y son mejores líderes. Además, el bienestar laboral está relacionado con un mayor éxito profesional, lo que sienta una base estable para una buena salud financiera.

9.5. Factores que afectan a la salud mental en el trabajo

Como ya se ha indicado, la salud mental en el medio laboral se considera una de las actuaciones de mayor prioridad, debido al incremento de la incidencia, a los efectos que causa

en la persona trabajadora, en la organización y a su repercusión en la calidad y en la productividad en el trabajo.

Los factores que afectan la salud mental en el trabajo pueden variar y tener un impacto significativo en el bienestar de los empleados, entre ellos encontramos: Cargas de trabajo excesivas Se produce cuando los empleados se enfrentan a una carga de trabajo abrumadora, una presión constante para cumplir con plazos ajustados o a manejar una gran cantidad de tareas.

- Estrés laboral

Concepto complejo entendido como un proceso de desequilibrio entre las demandas y la capacidad de respuesta de la persona que se enfrenta a ellas.

- El síndrome de burnout

Se define como un complejo conjunto de síntomas referidos al tipo de estrés laboral e institucional sufrido por el personal cuyo objeto de trabajo versa sobre el contacto directo con las personas. Se refiere principalmente a un síndrome provocado por el desgaste profesional que sufren las plantillas de servicios de tipo social, expuestas a demandas emocionales elevadas.²⁰

- Ambiente Laboral

Entornos laborales deficientes como aquellos que permiten la discriminación, la desigualdad, las cargas de trabajo excesivas, el control insuficiente del trabajo y la inseguridad laboral, representan un riesgo para la salud mental.

- Horarios inflexibles o prolongados

Los horarios de trabajo rígidos o largas jornadas laborales pueden afectar negativamente la salud mental, la falta de tiempo para descansar y desconectar puede aumentar el agotamiento y la tensión.

- Falta de control sobre el trabajo

La sensación de no tener control sobre las tareas laborales o la falta de autonomía puede generar estrés y afectar la salud mental.

9.6 Condiciones físicas inseguras o deficientes

La falta de medidas de seguridad adecuadas puede afectar la salud mental de los empleados aumentando la ansiedad y el estrés.

Apoyo limitado y relaciones interpersonales La falta de apoyo por parte de compañeros o supervisores puede afectar la salud mental, tener una red de apoyo en el trabajo es esencial para enfrentar los desafíos laborales.

Por ello, es fundamental crear entornos laborales que promuevan la salud mental, brinden apoyo a los empleados y aborden los riesgos psicosociales. Siempre es importante que las organizaciones implementen políticas y prácticas que protejan y promuevan la salud mental en el lugar de trabajo.

El objetivo es establecer unas pautas para promover la prevención de los riesgos psicosociales y garantizar la buena salud mental en el trabajo partiendo de la ley como requisito mínimo, y a partir de ahí, instar a las empresas a ir “un paso más allá de la ley”, proporcionando herramientas útiles para abordar el reto de la salud mental e integrarlo en la estrategia de la empresa. Para ello se proponen seis pasos clave para integrar la salud mental en el ecosistema de la empresa.

9.7 Difusión sobre la Ley General de Prevención de Riesgos Laborales

La Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo (en El Salvador):

Establece el marco legal para proteger la seguridad y salud de los trabajadores, imponiendo el deber de los empleadores de garantizar un ambiente laboral seguro. Su objetivo principal es prevenir accidentes laborales, enfermedades profesionales y proteger el bienestar de los trabajadores a través de medidas preventivas, programas de gestión de riesgos y el

establecimiento de estándares de seguridad. La ley también define las responsabilidades y las sanciones por incumplimiento.²¹

- Prevenir riesgos: Busca reducir y eliminar los riesgos laborales en el lugar de trabajo.
- Proteger al trabajador: Garantiza el derecho de los trabajadores a una protección eficaz en materia de salud y seguridad.
- Principio de prevención: Se basa en la adopción de medidas técnicas y preventivas para garantizar la seguridad y salud de los trabajadores.
- Derecho a un ambiente seguro: Establece que los empleadores deben ofrecer un entorno laboral libre de riesgos que puedan causar daños físicos o psicológicos.

9.7.1 Obligaciones del empleador

- Garantizar la seguridad: Debe adoptar medidas necesarias para garantizar un ambiente de trabajo seguro.
- Proporcionar protección: Debe proporcionar los medios de protección necesarios contra condiciones de riesgo (como temperaturas extremas).
- Informar sobre riesgos: Es obligatorio que la sustancia química en uso contenga especificaciones sobre sus efectos dañinos para la salud, incluyendo a mujeres embarazadas o lactantes.
- Implementar medidas de seguridad: Debe asegurarse de contar con instalaciones adecuadas, como servicios sanitarios separados para hombres y mujeres.
- Alcance: Aplica a todos los lugares de trabajo, tanto privados como estatales.
- Responsabilidad: La vigilancia, asesoramiento técnico y sanción recaen en el Ministerio de Trabajo y Previsión Social, a través de la Dirección General de Previsión Social y la Dirección General de Inspección de Trabajo.
- Sanciones: Se establecen multas por infracciones leves, graves y muy graves, que van desde cuatro hasta veintiocho salarios mínimos mensuales.
- Marco legal: La ley se apoya en otros marcos legales, como la Constitución, el Código de Trabajo y otras leyes relacionadas con el medio ambiente y la salud.

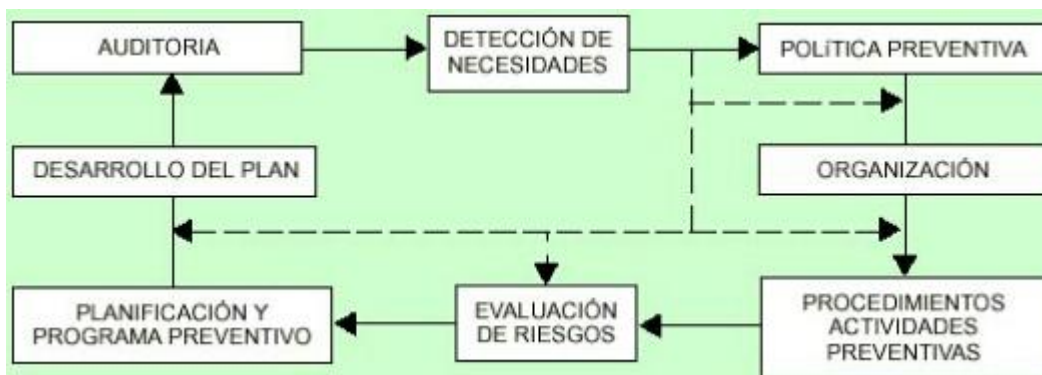


Figura N° 19. Esquema de la ley de seguridad y salud ocupacional.¹⁸

Art.1- El objeto de la presente ley es establecer los requisitos de seguridad y salud ocupacional que deben aplicarse en los lugares de trabajo, a fin de establecer el marco básico de garantías y responsabilidades que garantice un adecuado nivel de protección de la seguridad y salud de los trabajadores y trabajadoras, frente a los riesgos derivados del trabajo de acuerdo a sus aptitudes psicológicas y fisiológicas para el trabajo, sin perjuicio de las leyes especiales que se dicten para cada actividad económica en particular.



Figura N°20. Cartel sobre señales de prevención.¹⁸

Art. 2.- Se establecen como principios rectores de la presente ley: Principio de igualdad: Todo trabajador y trabajadora tendrá derecho a la igualdad efectiva de oportunidades y de trato en el desempeño de su trabajo, sin ser objeto de discriminación por razón alguna.

Respeto a la dignidad: La presente ley garantiza el respeto a la dignidad inherente a la persona y el derecho a un ambiente laboral libre de violencia en todas sus manifestaciones, en consecuencia, ninguna acción derivada de la presente ley, podrá ir en menoscabo de la dignidad del trabajador o trabajadora.

Prevención: Determinación de medidas de carácter preventivo y técnico que garanticen razonablemente la seguridad y salud de los trabajadores y trabajadoras dentro de los lugares de trabajo.

Art. 3.- Para los propósitos de esta ley se observará lo siguiente:

Todo riesgo siempre deberá ser prevenido y controlado preferentemente en la fuente y en el ambiente de trabajo, a través de medios técnicos de protección colectiva, mediante procedimientos eficaces de organización del trabajo y la utilización del equipo de protección personal.

Adecuar el lugar de trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como la elección de los equipos y los métodos de trabajo y de producción, con miras en particular a atenuar el trabajo monótono y repetitivo, y a reducir los efectos del mismo en la salud.

Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro. Planificar la prevención, buscando un conjunto coherente que integre en ella la técnica de cada tipo de trabajo, la organización y las condiciones de trabajo, las relaciones sociales y la influencia de los factores ambientales en el mismo. Se prohíbe toda forma de discriminación directa o indirecta en la implementación de las políticas y programas de protección de la salud y la seguridad ocupacional.

Se garantiza el respeto a la dignidad inherente a las personas, y el derecho a un ambiente laboral libre de violencia en todas sus manifestaciones. Todo trabajador y trabajadora tendrá derecho a la igualdad efectiva de oportunidades y de trato en el desempeño de su trabajo, sin ser objeto de discriminación y en la medida de lo posible, sin conflicto entre sus

responsabilidades familiares y profesionales, esto incluye, entre otros aspectos, tomar en cuenta sus necesidades en lo que concierne a su participación en los organismos que se crean para la aplicación de la presente ley.

Funciones de un comité de seguridad y salud ocupacional.

Grupo de empleadores o sus representantes, trabajadores y trabajadoras o sus representantes, encargados de participar en la capacitación, evaluación, supervisión, promoción, difusión y asesoría para la prevención de riesgos ocupacionales. ⁽²⁾

Aquel trabajador o trabajadora designado por el empleador, o el Comité de Seguridad y Salud Ocupacional según sea el caso, para encargarse de la gestión en seguridad y salud ocupacional.

9.8 El conocimiento de la Higiene y Seguridad Ocupacional (también conocida como Salud y Seguridad en el Trabajo).



Figura N° 21. Sistema de Gestión de Prevención de Riesgos Laborales.²⁰

Se refiere al conjunto de principios, normas, procedimientos y acciones destinados a proteger la integridad física y mental de los trabajadores, previniendo accidentes laborales y enfermedades profesionales. Es una disciplina fundamental que busca garantizar un ambiente de trabajo seguro y saludable.

- Seguridad Ocupacional: Se enfoca en la prevención de accidentes de trabajo mediante la gestión de riesgos para proteger al personal, los bienes y el medio ambiente. Implica el uso de técnicas y procedimientos para eliminar o disminuir el riesgo de lesiones y muertes por causas inmediatas (accidentes).⁽⁸⁾
- Higiene Ocupacional: Es la ciencia dedicada a la anticipación, identificación, evaluación y control de factores ambientales o tensiones (agentes químicos, físicos, biológicos, ergonómicos, etc.) que surgen en el lugar de trabajo y que pueden causar enfermedades a largo plazo o afectar el bienestar de los trabajadores.
- Riesgo Laboral: La probabilidad de que un trabajador sufra un determinado daño (accidente o enfermedad) derivado del trabajo.
- Prevención: El principio fundamental de esta disciplina, que prioriza la actuación proactiva para evitar que los incidentes y las enfermedades ocurran, en lugar de solo resolverlos después de que sucedan.
- Condiciones de Trabajo: El conjunto de variables que definen la realización de una tarea y el entorno en el que se realiza, incluyendo factores físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales.

Seguridad y salud ocupacional



Figura N° 22. Kit de equipo de seguridad.²²

9.8.1 Principios Fundamentales

La gestión de la higiene y seguridad ocupacional se rige por varios principios, entre los cuales destacan:

- Responsabilidad: Cada persona es responsable de su propia seguridad y la de sus compañeros. El empleador tiene la responsabilidad legal y ética de proporcionar un ambiente seguro.
- Prevención: El objetivo principal es la anticipación y minimización de los riesgos.
- Cooperación: La colaboración entre empleadores, empleados y autoridades es esencial para un sistema de gestión eficaz.
- Información y Capacitación: Los trabajadores tienen derecho a ser informados sobre los peligros a los que se enfrentan y a recibir la formación adecuada para prevenirlos.
- Atención Integral de la Salud: Derecho a prestaciones de salud y rehabilitación en caso de accidentes o enfermedades profesionales.
- Primacía de la Realidad: En caso de discrepancia, se privilegian los hechos constatados en la realidad sobre los documentos formales.

La implementación de medidas de higiene y seguridad ocupacional es crucial por múltiples razones:

- Protección de la Salud y Vida: El beneficio más importante es salvaguardar la integridad física y mental de los trabajadores.
- Cumplimiento Legal: Las empresas están obligadas por ley a mantener estándares de seguridad, evitando sanciones y problemas legales.
- Mejora de la Productividad y Rentabilidad: Un ambiente de trabajo seguro reduce las interrupciones en la producción, el ausentismo y los costos asociados a accidentes, como compensaciones y gastos médicos.
- Mejora del Clima Laboral y Reputación: Un entorno seguro y saludable aumenta la motivación y el bienestar de los empleados, lo que a su vez mejora la imagen de la organización.

El conocimiento de la Higiene y Seguridad Ocupacional es fundamental para garantizar un entorno laboral seguro y saludable. Esto incluye la identificación y control de riesgos, la promoción de la salud, y la adaptación del trabajo al trabajador. La implementación de medidas de seguridad e higiene en el trabajo no solo previene enfermedades y accidentes, sino que también mejora la productividad y la satisfacción del personal.

La violencia y el acoso en el trabajo, incluido el acoso moral, también socavan la salud mental y física. También lo hacen el acceso a servicio medioambientales esenciales en el trabajo, los equipos inseguros y las malas condiciones físicas en el trabajo.

Proteger y promover la salud mental en el trabajo consiste en reforzar las capacidades, sensibilizar y ofrecer oportunidades para reconocer, prevenir y actuar precozmente sobre condiciones de salud mental en el trabajo.

En la sociedad actual, el trabajo ocupa un lugar central en la vida de las personas. Pasamos gran parte de nuestro tiempo en entornos laborales, interactuando con compañeros, afrontando desafíos y cumpliendo responsabilidades. Sin embargo, a menudo se subestima un aspecto crucial: la salud mental en el trabajo.

Un ambiente de trabajo saludable es aquel que promueve el bienestar de los empleados, previene daños psicológicos y favorece el desarrollo personal y profesional. Por el contrario, un entorno laboral tóxico puede desencadenar problemas como estrés crónico, ansiedad, depresión y otras afecciones que afectan tanto al individuo como a la organización.

9.9 Riesgos y exigencias del trabajo en cuanto a Ergonomía.



Figura N° 23. Infografía sobre riesgo ergonómico.²²

9.10 La ergonomía laboral busca adaptar el entorno de trabajo a las características físicas y psicológicas del empleado para preservar su salud y bienestar.

Los riesgos están relacionados con las condiciones laborales que pueden causar lesiones, mientras que las exigencias se refieren a los requisitos que el trabajo impone al trabajador y que deben gestionarse adecuadamente.

9.10.1 Riesgos Ergonómicos Principales

Los principales riesgos ergonómicos, también conocidos como riesgos disergonómicos, surgen de situaciones laborales que generan desgaste corporal y aumentan la probabilidad de desarrollar trastornos musculoesqueléticos (TME). Estos incluyen:

- Posturas forzadas o incorrectas: Mantener una misma postura durante períodos prolongados (estar sentado o de pie), o adoptar posturas antinaturales, puede causar dolor de cuello, hombros y espalda.²³
- Movimientos repetitivos: La ejecución constante de los mismos movimientos puede provocar lesiones por esfuerzo repetitivo (LER), como el síndrome del túnel carpiano o la tendinitis.

- Esfuerzo físico excesivo: Incluye el levantamiento y manejo manual de cargas pesadas, empujar o tirar de objetos con fuerza excesiva.
- Diseño inadecuado del puesto de trabajo: Herramientas, mobiliario, maquinaria o instalaciones mal diseñadas que no se adaptan a las características físicas del trabajador.
- Vibraciones: La exposición a vibraciones de herramientas o maquinaria puede causar problemas de salud a largo plazo.²³
- Condiciones ambientales extremas: Temperaturas extremas o ruido pueden aumentar la fatiga y el estrés laboral, afectando indirectamente a la ergonomía.

9.10.2 Exigencias del Trabajo desde la Perspectiva Ergonómica

Las exigencias del trabajo se refieren a las demandas físicas, mentales y organizativas que deben abordarse mediante la aplicación de principios ergonómicos para garantizar un entorno seguro y saludable:

- Adaptación al trabajador: El diseño del puesto de trabajo debe coincidir con las características anatómicas y fisiológicas del empleado. Esto implica que las herramientas, la maquinaria y el entorno deben ajustarse a la persona, y no al revés.
- Gestión del ritmo de trabajo: Se debe establecer un ritmo de trabajo que no exceda la capacidad física del trabajador, incluyendo pausas y períodos de recuperación suficientes para prevenir la fatiga y las lesiones.²³
- Variedad de tareas: Fomentar la rotación de tareas para evitar la sobrecarga de grupos musculares específicos y reducir el riesgo de lesiones por movimientos repetitivos.
- Capacitación y formación: Educar a los empleados sobre posturas correctas, técnicas de levantamiento de cargas adecuadas y la importancia de las pausas activas.
- Evaluación y rediseño: Exige una evaluación continua de los puestos de trabajo para identificar y abordar los factores de riesgo ergonómico a medida que surgen o cambian.

- Control sobre el trabajo: En la medida de lo posible, se debe proporcionar un grado de control al trabajador sobre su propio ritmo y métodos de trabajo para mejorar su bienestar físico y mental.



Figura N° 24. Exigencias del Trabajo desde la Perspectiva Ergonómica.¹⁸

10. Formulación de programas preventivos, y de sensibilización sobre violencia hacia las mujeres, acoso sexual y demás riesgos psicosociales.

Procedimiento N° 9. Programa preventivo y de sensibilización sobre la violencia hacia las mujeres y riesgos psicosociales en la farmacia.

<p>FARMACIA UBICADA EN SAN FRANCISCO MENÉNDEZ</p>	<p>MANUAL DE PROCEDIMIENTOS Y NORMAS.</p>	<p>CÓDIGO: P-FC-10 REVISIÓN: 02 FECHA REVISIÓN: 09/11/ 2025 PÁGINA: 1 de 2</p>
<p>PROGRAMA PREVENTIVO Y DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE VIOLENCIA HACIA LAS MUJERES Y RIESGOS PSICOSOCIALES EN LA FARMACIA.</p>		

1. Objetivo General

Promover un entorno laboral seguro, equitativo y libre de violencia, mediante la sensibilización y prevención de la violencia hacia las mujeres y la reducción de riesgos psicosociales en los trabajadores de la farmacia.

2. Objetivos Específicos

- Fomentar el respeto, la igualdad de género y la no discriminación en el entorno laboral.
- Identificar factores de riesgo psicosocial que puedan afectar el bienestar de los trabajadores Brindar información y herramientas para prevenir y detectar casos de violencia de género.
- Promover el autocuidado emocional y la salud mental del personal.
- Establecer canales de apoyo y atención ante situaciones de violencia o estrés laboral.

3. Alcance

Aplica a todo el personal que labora en la farmacia, incluyendo personal administrativo, técnico, operativo y de atención al público.

4. Marco Legal

- Ley Especial Integral para una Vida Libre de Violencia para las Mujeres (El Salvador).
- Código de Trabajo de El Salvador.
- Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo.
- Convenios de la OIT sobre igualdad de género, salud mental y condiciones laborales dignas.

5. Actividades Preventivas y de Sensibilización

Actividad	Descripción	Responsable	Frecuencia	Recursos Necesarios
1.Charlas informativas	Realizar charlas sobre igualdad de género, derechos laborales y prevención de violencia.	Encargado de RRHH / Técnico en SST	Trimestral	Material audiovisual, folletería, apoyo de instituciones especializadas.
2.Talleres psicoeducativos	Capacitación sobre manejo del estrés, comunicación asertiva y resolución pacífica de conflictos.	Psicólogo o capacitador externo	Semestral	Aula, presentaciones, materiales didácticos.

3. Campañas de sensibilización	Difusión de mensajes visuales y digitales contra la violencia y el acoso.	Comité de SST / Dirección	Permanente	Afiches, redes internas, carteles informativos.
4. Evaluación de riesgos psicosociales	Aplicar cuestionarios o entrevistas para detectar factores de riesgo.	Encargado de SST	Anual	Formatos de evaluación, asesoría técnica.
5. Creación de canal confidencial de denuncia	Establecer un protocolo interno para la atención de casos de violencia o acoso.	Gerencia / RRHH	Permanente	Buzón físico o virtual, procedimientos de atención.

6. Estrategias de Implementación

- Coordinación con instituciones especializadas (ISDEMU, Ministerio de Trabajo).
- Integración de la temática en reuniones y capacitaciones periódicas.
- Promoción de la participación activa de hombres y mujeres en las actividades.
- Garantía de confidencialidad en los procesos de denuncia y atención.

7. Evaluación y Seguimiento

- Aplicación de encuestas de percepción antes y después del programa.
- Registro de asistencia y participación en actividades.
- Informe anual sobre avances, desafíos y propuestas de mejora.

- Revisión periódica de indicadores de bienestar psicosocial.

8. Indicadores de Éxito

- Aumento del conocimiento sobre igualdad y prevención de violencia ($\geq 80\%$ del personal capacitado).
- Disminución de reportes de conflicto o estrés laboral.
- Implementación efectiva del canal de denuncia.
- Mejor clima organizacional y satisfacción del personal.

9. Cronograma de Ejecución

Mes	Actividad Principal
Enero – Marzo	Diagnóstico inicial y primera charla informativa
Abril – Junio	Taller psicoeducativo sobre manejo del estrés
Julio – Septiembre	Campaña de sensibilización y difusión
Octubre – Diciembre	Evaluación de riesgos psicosociales y alimentación

10. Responsables

- Encargado del Programa: Jefe de Recursos Humanos / Responsable de SST
- Supervisión: Regente de la farmacia.

Fuente: Elaboración propia.

10.1 Elaborar un programa preventivo y de sensibilización sobre violencia hacia las mujeres y riesgos psicosociales para trabajadores de la farmacia.

Un programa de prevención y sensibilización sobre violencia hacia las mujeres y riesgos psicosociales en trabajadores de farmacia es crucial para detectar tempranamente situaciones de violencia, proteger la salud física y mental de los empleados y crear un ambiente laboral seguro e inclusivo. Esto incluye empoderar al personal para reconocer señales, saber cómo actuar y cómo referir a servicios de apoyo, al mismo tiempo que se abordan y mitigan los factores psicosociales del propio trabajo que pueden generar estrés o agravar riesgos.

10.1.1 Importancia para la detección y atención de la violencia

- Detección temprana: El personal de farmacia, por su cercanía con la comunidad, puede identificar a mujeres que sufren violencia y, a través de un protocolo de actuación, iniciar acciones para prevenir que la situación escale o poner en peligro su vida.
- Vínculo con redes de apoyo: Las farmacias pueden convertirse en un primer punto de contacto y referencia, brindando información sobre recursos de ayuda especializados y garantizando la confidencialidad.
- Prevención del maltrato: Al empoderar a los trabajadores para reconocer indicadores de violencia, se puede intervenir de manera oportuna, incluso si la víctima tiene miedo o vergüenza de denunciar.

Los riesgos psicosociales: son aquellas condiciones presentes en una situación laboral directamente relacionadas con la organización del trabajo, las relaciones y ambiente de trabajo, las exigencias emocionales y el contenido del trabajo y la realización de la tarea, que se presentan con la capacidad de afectar el buen desarrollo del trabajo y la salud de la persona trabajadora.²⁴

10.2 Violencia laboral

La persona trabajadora sufre abusos, amenazas o ataques en el centro de trabajo o en circunstancias relacionadas con su actividad laboral, que pongan en peligro, implícita o explícitamente, su seguridad, su bienestar o su salud (física y/o psíquica). Incluye tanto la

violencia física (agresión física sobre el trabajador o causar daños en propiedades de la organización o del personal).²⁵

10.3 Evaluación de riesgos psicosociales

La evaluación de los factores psicosociales es una herramienta cuyo principal objetivo es aportar información que permita el diagnóstico psicosocial de una empresa o de áreas parciales de la misma, a fin de poder establecer actuaciones de mejora adecuadas a los riesgos detectados y al entorno en el que éstas deban ser llevadas a cabo.²⁵

10.3.1 Estrés laboral

Concepto complejo entendido como un proceso de desequilibrio entre las demandas y la capacidad de respuesta de la persona que se enfrenta a ellas.

- El síndrome de burnout

Se define como un complejo conjunto de síntomas referidos al tipo de estrés laboral e institucional sufrido por el personal cuyo objeto de trabajo versa sobre el contacto directo con las personas. Se refiere principalmente a un síndrome provocado por el desgaste profesional que sufren las plantillas de servicios de tipo social, expuestas a demandas emocionales elevadas.²⁰

CAPÍTULO V

5.0 CONCLUSIONES

1. El desarrollo del Programa de Salud y Seguridad Ocupacional para la farmacia en San Francisco Menéndez concluye que la implementación de un enfoque preventivo es fundamental y obligatoria.
2. Este programa subraya la relevancia crítica de la gestión preventiva en el sector farmacéutico. Dada la exposición de los trabajadores a riesgos específicos como el manejo de sustancias químicas, productos farmacéuticos y la necesidad de un entorno meticulosamente ordenado, la implementación de un plan de Salud y Seguridad Ocupacional no es solo una recomendación ética, sino una obligación legal establecida por la Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo de El Salvador.
3. El programa propuesto que abarca la evaluación de riesgos, un plan de intervención adecuado y capacitación continua, tiene como propósito garantizar un entorno laboral seguro, minimizando los riesgos asociados a la labor diaria. Su implementación asegurará que la salud y la seguridad de los empleados sean la prioridad, cumpliendo con la normativa vigente y fomentando una cultura de prevención proactiva.

CAPÍTULO VI

6.0 RECOMENDACIONES

1. Asegurar la asignación de recursos tiempo, presupuesto y personal responsable para ejecutar el plan de acción en el periodo establecido (noviembre 2025-enero 2026). El cumplimiento de este cronograma es crucial para abordar las vulnerabilidades identificadas antes de que ocurran incidentes.
2. Transformar los procedimientos teóricos para cada riesgo identificado en Procedimientos Operativos Estándar (POE) claros y accesibles. Estos deben estar disponibles en las áreas de trabajo relevantes.
3. Asegurar que la capacitación no sea sólo teórica, sino que incluya demostraciones prácticas y verificaciones de comprensión de los nuevos POE.
4. Implementar los formatos de registro de accidentes y enfermedades profesionales de manera que sean fáciles de usar y accesibles para todos los empleados. Se debe fomentar una cultura de reporte sin temor a represalias.
5. El programa de sensibilización sobre violencia y riesgos psicosociales no debe ser un evento único. Se recomienda integrarlo como parte de la cultura organizacional continua, quizás a través de talleres trimestrales o módulos de formación en línea.
6. Establecer canales claros y confidenciales para que los empleados reporten situaciones de riesgo psicosocial o violencia.
7. Utilizar diversos canales para la difusión de información, incluyendo murales informativos, correos electrónicos, grupos de chat internos y reuniones breves de inicio de jornada.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ISUU. Seguridad y salud ocupacional en los lugares de trabajo. Derechos y Negocios [Internet]. 2000 Jun 15 [citado 2025 Nov 10]. Disponible en: https://issuu.com/derechoynegocios/docs/edicion_132-2/s/24718171
2. Instituto de Salud Pública de Chile. Salud de los trabajadores [Internet]. Santiago: Instituto de Salud Pública de Chile; [citado 2025 Nov 20]. Disponible en: <https://www.ispch.gob.cl/salud-de-los-trabajadores/>
3. Universidad en Internet (UNIR). Seguridad y salud ocupacional: protección y bienestar en el entorno laboral [Internet]. 2021 abr 15 [citado 2025 dic 12]. Disponible en: <https://ecuador.unir.net/actualidad-unir/salud-ocupacional/>
4. Editorial Etecé. Salud ocupacional: concepto [Internet]. 17 dic 2025 [citado 19 dic 2025]. Disponible en: <https://concepto.de/salud-ocupacional/>
5. Universidad Nacional de La Plata. Riesgos ergonómicos [Internet]. 2017 nov 14 [citado 2025 nov 02]. Disponible en: https://unlp.edu.ar/gestion/obras/seguridad_higiene/riesgos-ergonomicos-8677-13677/
6. Asamblea Legislativa de la República de El Salvador. Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo. Decreto Legislativo No. 254; 6 abr 2011.
7. Funes CM. Decreto No. 86. Diario Oficial de la República de El Salvador; 26 abr 2012.
8. Sofía Salud. Enfermedades laborales: qué son y las 11 más comunes [Internet]. 2023 Jul 21 [citado 2025 Nov 02]. Disponible en: <https://www.sofiasalud.com/blog/que-son-las-enfermedades-laborales-las-mas-comunes>
9. Gobierno de la Provincia de Buenos Aires. ¿Qué son los riesgos laborales? [Internet]. Buenos Aires: Gobierno de la Provincia de Buenos Aires; s.f. [citado 12 nov 2025]. Disponible en: <https://www.gba.gob.ar/sites/default/files/empleopublico/archivos/Fisicos.pdf>
10. Urbicad. Metodología general de evaluación de riesgos [Internet]. [citado 2025 nov 08]. Disponible en: <https://www.urbicad.com/mico/metod0.htm>

11. Indemnización por Accidente Laboral SL. Comité de Seguridad y Salud [Internet]. s.f. [citado 10 nov 2025]. Disponible en: <https://indemnizacionporaccidentelaboral.com/glosario/comite-de-seguridad-y-salud/>
12. Funes CM. Decreto No. 89. Diario Oficial de la República de El Salvador; 27 abr 2012.
13. SESYVSA Seguridad a tu medida. La importancia de los protocolos de evacuación [Internet]. 2025 Ene 16 [citado 2025 Nov 10]. Disponible en: <https://www.seguridadindustrialsesyvsa.com/la-importancia-de-los-protocolos-de-evacuacion>
14. Tagline Soluciones Empresariales. Riesgos físicos: una guía completa [Internet]. [citado 2025 nov 20]. Disponible en: <https://tagline-soluciones.com/riesgos-fisicos-una-guia-completa/>
15. United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). Programa conjunto UNODC/OMS sobre el tratamiento y la atención de la drogodependencia [Internet]. 2010 ago [citado 2025 nov 10]. Disponible en: https://www.unodc.org/docs/treatment/unodc_who_programme_brochure_spanish.pdf
16. LinkedIn. Análisis ergonómico de puestos de trabajo con manejo manual de cargas: técnicas y procedimientos según la NOM-036-1-STPS-2018 [Internet]. 2024 Nov 12 [citado 2025 Nov 15]. Disponible en: <https://es.linkedin.com/pulse/análisis-ergonómico-de-puestos-trabajo-con-manejo-vg3uc>
17. MedlinePlus. Infecciones de transmisión sexual [Internet]. 2025 Jul 15 [citado 2025 Dic 11]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/sexuallytransmittedinfections.html>
18. Cuñat J. Los daños cerebrales más frecuentes y peligrosos causados por las drogas. Valencia Noticias [Internet]. 2015 Nov 9 [citado 2025 Dic 22]. Disponible en: <https://valencianoticias.com/los-danos-cerebrales-mas-frecuentes-y-peligrosos-causados-por-las-drogas/>
19. Tendencias & HR Insights. 3 pilares de la comunicación efectiva en el trabajo para empresas globales [Internet]. 2023 feb 17 [citado 2025 dic 11]. Disponible en: 3 Pilares de la Comunicación Efectiva en el Trabajo para Empresas Globales

20. Sánchez Cuevas G. Qué es el estrés laboral: síntomas, causas y tratamiento [Internet]. 2016 Oct 13 [citado 2025 Dic 15]. Disponible en: <https://lamenteesmaravillosa.com/estres-laboral-tratamiento-claves-mejorar/>
21. Corte Suprema de Justicia (El Salvador). Ley General de Prevención de Riesgos en los Lugares de Trabajo y sus reglamentos [Internet]. 2014 [citado 2 dic 2025]. Disponible en: https://biblioteca.asamblea.gob.sv/186914_ley-general-de-prevencion-de-riesgos-en-los-lugares-de-trabajo-y-sus-reglamentos
22. Freepik. Imágenes de seguridad ocupacional [Internet]. s.f. [citado 18 nov 2025]. Disponible en: <https://www.freepik.es/fotos-vectores-gratis/seguridad-ocupacional>
23. Uninotas. Ergonomía en el entorno laboral: claves para la salud, bienestar y eficiencia [Internet]. 2025 jun 06 [citado 2025 nov 15]. Disponible en: <https://www.uninotas.net/ergonomia-en-el-entorno-laboral-claves-para-la-salud-bienestar-y-eficiencia/>
24. Organización Panamericana de la Salud. Salud mental [Internet]. 2019 [citado 2025 Nov 11]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
25. Jiménez F. Riesgos psicosociales [Internet]. Acción Preventiva; [fecha desconocida] [citado 2025 Nov 12]. Disponible en: <https://www.acciopreventiva.com/riesgos-psicosociales/>