Office Safety Meeting Kit – Spanish



QU EST? EN RIESGO

Muchos trabajadores piensan que el entorno de oficina es el lugar de trabajo m s seguro. Sin embargo, un lugar de trabajo seguro en una oficina requiere un control de los riesgos, un buen orden y unas pr cticas de trabajo seguras.

CU?L ES EL PELIGRO

IDENTIFICACI?N DE RIESGOS EN LA OFICINA

Las evaluaciones de riesgos en oficinas son una forma eficaz de gestionar los riesgos para la seguridad y la salud en un entorno de oficina. Este proceso comienza con la identificaci¢n de los peligros, es decir, de los objetos, situaciones o actividades que pueden causar da¤os a los empleados.

CUATRO PELIGROS F?SICOS EN LA OFICINA

Peligros fisicos que amenazan la seguridad y la salud de un trabajador de oficina.

1. **La temperatura.** Gesti¢n de los riesgos de temperatura en la oficina:

- Consultar a los empleados cu l consideran que es la temperatura adecuada para sus zonas de trabajo.
- Recuerde a los empleados que lleven ropa adecuada a la oficina, especialmente en verano y en invierno.
- Compruebe siempre si el sistema de aire acondicionado funciona correctamente y reg£lelo en consecuencia.
- Controle la luz solar directa con persianas y celosias.
- Consulte las directrices sobre el control de la temperatura en el lugar de trabajo de su pais.
- Optimice el gradiente t rmico en funci¢n de la distribuci¢n de la oficina.

1. **Calidad del aire interior y ventilaci¢n.** Gesti¢n de los riesgos para la calidad del aire en la oficina:

- Auditorias de la calidad del aire interior para evaluar el cumplimiento de los umbrales de contaminaci¢n atmosf rica aceptados.
- Garantizar el mantenimiento, la limpieza y la filtraci¢n adecuados del

sistema de ventilaci¢n, calefacci¢n y aire acondicionado.
- Programar peri¢dicamente la limpieza de la oficina.
- Cumplir con las poli ticas de fumadores de la oficina y del edificio.
- Si hay cocina en la oficina, recuerde a los empleados que deben almacenar los alimentos adecuadamente y tirarlos antes de que se estropeen.

1. **Ruido.** Gesti¢n de los riesgos derivados del ruido en la oficina:

- Si es posible, aplique controles t□cnicos durante la fase de dise¤o e intente elegir elementos que reduzcan el ruido al nivel m inimo aceptable.
- Respete los l imites de nivel sonoro aceptables establecidos en las respectivas leyes de salud y seguridad en el trabajo de su pa is.
- Identifique las fuentes, trayectorias y niveles de sonido. Una vez identificados, priorice el control de los niveles sonoros m s excesivos.
- Coloque una barrera entre la fuente de ruido y el empleado (por ejemplo, paredes o cortinas ac£sticas).
- Realice un mantenimiento peri¢dico de las m quinas y equipos. Considere la posibilidad de a¤adir silenciadores ac£sticos, aislantes de vibraciones o silenciadores de conductos.

1. **Resbalones, tropiezos y ca idas.** Gesti¢n de los riesgos de resbalones, tropiezos y ca idas en la oficina:

- Elimine los peligros en la fase de dise¤o, por ejemplo eliminando los suelos irregulares e instalando tomas de corriente adicionales para evitar que los cables se deslicen.
- Mantenga las zonas de paso y los pasillos libres de residuos, desorden y obst culos.
- Considere la posibilidad de instalar alfombras antideslizantes o de sustituir los paneles del suelo desgastados.
- Aplique buenas pr cticas de limpieza, como limpiar inmediatamente los derrames.
- Disponga se¤alizaciones de advertencia en caso de derrames para evitar cualquier incidente.
- Repare inmediatamente las fugas de equipos o tuber ias.

COMO PROTEGERSE

GARANTICE LA SEGURIDAD DE LOS EMPLEADOS CON UNA CULTURA DE SEGURIDAD EN LA OFICINA

Desarrolle una estrategia basada en la cultura y no en las poli ticas. Los lugares de trabajo de oficina que realmente quieren resolver la causa de ra iz de las condiciones inseguras deben darse cuenta de que, m s que los “qu□ hacer y qu□ no hacer” y las se¤ales de seguridad, es la cultura que construyen la que ayudar a mejorar la seguridad de la oficina en general. Los l ideres deben desarrollar una estrategia que ayude a los empleados a comprender el verdadero valor de la seguridad y la salud en la oficina en sus vidas y les motive para ir m s all del cumplimiento.

Identificar (o crear) campeones de la seguridad en la oficina. Los campeones de la seguridad en el lugar de trabajo son el coraz¢n y el alma de una s¢lida cultura de la seguridad en la oficina. Son empleados apasionados dispuestos a tomar iniciativas y a guiar a sus compa¤eros con el ejemplo.

Utilice todos los medios para comunicar los objetivos con claridad. Utilice todos los medios posibles, incluidos el correo electr¢nico, las reuniones y los tablones de anuncios, para comunicar constantemente los objetivos de seguridad y salud de la oficina.

Capacite a los empleados. La capacitaci¢n es un medio eficaz para formar a los empleados en t□cnicas b sicas de seguridad, como la identificaci¢n adecuada de peligros, la evaluaci¢n de riesgos y la notificaci¢n de incidentes.

Utilice el refuerzo positivo para recompensar a los empleados. Celebre las victorias, peque¤as o grandes, basadas en la mejora de los datos y las auditor¡as de seguridad de la oficina; comunique los resultados y reconozca a los responsables. Esta estrategia garantiza que los incidentes en la oficina se reducen por las razones correctas y anima a los empleados a ir m s all del mero cumplimiento de las normas de seguridad de la oficina.

Anime a los empleados a decir siempre lo que piensan. Anime a los empleados a ofrecer ideas, ya sean novedosas o tradicionales, para mejorar la seguridad y la salud en la oficina. Las empresas no deben dormirse en los laureles con pol¡ticas que datan de hace d□cadas y que hoy pueden no ser tan pertinentes como antes. Si las pol¡ticas de seguridad son ineficaces, los empleados simplemente trabajar n en torno a ellas y, sin darse cuenta, aumentar n el riesgo en el proceso.

Garantice la sucesi¢n oportuna de los campeones de la seguridad. Los trabajadores desempe¤an un papel fundamental en la construcci¢n de los cimientos de una cultura sostenible de seguridad y salud en la oficina. Aseg£rese de que se celebran peri¢dicamente debates adecuados sobre el trabajo, de modo que la cultura evolucione con las ideas £tiles de los empleados. Con un esfuerzo desde la base, las oficinas pueden desarrollar una cultura de seguridad y salud que perdure.

CONCLUSI?N

La seguridad en el entorno laboral tradicional de cuello blanco y la seguridad en la industria manufacturera, el petr¢leo y el gas y la construcci¢n evocan im genes muy diferentes. Pero los efectos y resultados de la falta de seguridad en el lugar de trabajo afectan de manera sustancial a los trabajadores de ambos sectores.