REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO (RISST) HRDC 2024

UNIDAD DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

FEBRERO 2024

ELABORADO POR	REVISADO POR	APROBADO POR
PAUL ALEXIS SÁENZ BERNAL RESPONSABLE SST	EDWIN MARTÍNEZ GALLARDO MEDICO OCUPACIONAL RNE 35954	COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

INDICE

I.- INTRODUCCIÓN.....3

II.- BASE LEGAL.....4

III.- RESUMEN EJECUTIVO DE LAS ACTIVIDADES DEL HRDC.....7

IV.- OBJETIVOS Y ALCANCES 8

V.- LIDERAZGO, COMPROMISOS, POLITICA DE SEGURIDAD Y SALUD 10

VI.- ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES.....12

VII.- ESTANDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS PROCESOS.....24

VIII.- ESTANDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES RELACIONADAS.....47

IX.- ESTANDARES DE CONTROL DE LOS PELIGROS EXISTENTES Y RIESGOS EVALUADOS.....58

X.-PROCEDIMIENTO EN CASO DE ACCIDENTES E INCIDENTES DE TRABAJO....69

XI.-PREPARACION Y RESPUESTA PARA CASOS DE EMERGENCIAS.....74

XII.- CAPACITACION Y ENTRENAMIENTO.....84

XIII.- DISPOSICIONES TRANSITORIAS.....85

XIV.- DISPOSICIONES FINALES.....85

XV.- GLOSARIO DE TERMINOS.....86

REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO HOSPITAL REGIONAL DOCENTE DE CAJAMARCA

I. INTRODUCCIÓN

El Hospital Regional Docente de Cajamarca, considera que es su responsabilidad la prevención de accidentes y la seguridad de su personal y que esta responsabilidad debe ser compartida por cada trabajador mediante el estricto cumplimiento de disposiciones y reglas que contiene el presente Reglamento.

Al hablar de la importancia de Seguridad y Salud en el Trabajo, estamos partiendo de la premisa que no se puede concebir tener una institución de salud, de calidad, eficiente y productiva con altos índices de accidentabilidad del personal.

La Dirección General, el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, y la Oficina de Salud Ocupacional, en cumplimiento a lo estipulado por la Ley 29783 "Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo" y su Reglamento D.S. N°005-2012-TR, presentan a todos los Trabajadores de nuestra institución el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo del Hospital Regional Docente de Cajamarca, el cual contiene las directivas y normas de seguridad y salud en el trabajo, que son aplicadas en todas las áreas de la institución, a través del desarrollo de prácticas seguras y saludables en el trabajo, fomentando en todo el personal una cultura de prevención de riesgos laborales.

Las disposiciones contenidas en el presente reglamento han sido preparadas con el objeto de proporcionar al personal del Hospital Regional Docente de Cajamarca los elementos necesarios para evitar accidentes, prevenir enfermedades y hacer el trabajo más seguro y saludable.

Todos los trabajadores del Hospital Regional Docente de Cajamarca, tendrán conocimiento de este documento, esperando contribuir a su bienestar mediante su aplicación en todos los ámbitos laborales y lograr cumplir con nuestra misión de brindar una atención de calidad a nuestros pacientes.

II. BASE LEGAL

NORMATIVA NACIONAL:

- Constitución Política del Perú, artículos 7°, 9° y 59°.
- Ley N° 29793 – Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Ley N° 26790 – Ley de Modernización de la Seguridad Social.
- Ley N° 28806 – Ley General de Inspección en el Trabajo.
- Ley N° 28048 – Ley General de Protección a la Mujer Gestante.
- Ley N° 26842 – Ley General de Salud.
- Ley N° 27657 – Ley del Ministerio de Salud.
- Ley N° 27813 – Ley del Sistema Nacional Coordinado y Descentralizado de Salud, y su Reglamento – Sub Comité Nacional de Salud Ocupacional.
- Ley N° 28835 que modifica la Ley 27711, Ley del Ministerio de Trabajo.
- Ley 27314 – Ley General de Residuos Sólidos.
- Ley N° 30102 – Ley que dispone medidas preventivas contra los efectos nocivos para la salud por la exposición prolongada a la Radiación Solar.
- Ley N° 30222 – Ley que modifica la Ley 29783 de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Decreto Legislativo N° 635 – Código Penal – Capítulo VII.
- Decreto Supremo N° 039-93 PCM, Reglamento de Prevención y Control del Cáncer.
- Decreto Supremo N° 009-97 S.A., que aprueba el Reglamento de la Ley N° 26790 – Ley de la Modernización de la Seguridad Social.
- Decreto Supremo N° 003-98-S.A. que aprueba las Normas Técnicas de Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo.

- Decreto Supremo N° 009-2000-TR, que aprueba el Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Decreto Supremo N° 007-2007-TR, que aprueba la Modificatoria del Decreto Supremo N° 0009-2005-TR, Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Decreto Supremo N° 015-2005 S.A., que aprueba el Reglamento sobre Valores y Límites Permisibles para Agentes Químicos en el Ambiente de Trabajo.
- Decreto Supremo N° 019-2006-TR., que aprueba el Reglamento de la Ley de Inspección en el Trabajo.
- Decreto Supremo N° 009-2004-TR., que aprueba el Reglamento de la Ley de Protección a la Mujer Gestante.
- Decreto Supremo N° 013-2002-S.A., que aprueba el Reglamento de la Ley del Ministerio de Salud.
- Decreto Supremo N° 023-2005-S.A., que aprueba el Reglamento de Seguridad Radiológica.
- Decreto Supremo N° 005-2012-TR., que aprueba el Reglamento de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Decreto Supremo N° 003-98-S.A., "Normas Técnicas del Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo".
- Decreto Supremo N° 002-2013-TR., "Política Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo".
- Decreto Legislativo N° 1065, que modifica la Ley N° 27314 – Ley General de Residuos Sólidos.
- Resolución Ministerial N° 510-2005/MINSA, que aprueba el Manual de Salud Ocupacional.
- Resolución Ministerial N° 768-2010/MINSA. Plan Nacional de Prevención del VHB, VIH y la TB por riesgo ocupacional en los Trabajadores de Salud 2010 – 2015.

- Resolución Ministerial N° 312-2011/MINSA. "Protocolos de Exámenes Médicos Ocupacionales y Guías de Diagnósticos de los Exámenes Médicos Obligatorios por Actividad".
- Resolución Ministerial N° 763-2008/MINSA. "Normas y Procedimientos de Seguridad y Salud Ocupacional".
- Resolución Ministerial N° 554-2012/MINSA., que aprueba la NTS 096-MINSA/DIGESA V.01 "Gestión y Manejo de Residuos Sólidos en Establecimientos de Salud y Servicios de Apoyo".
- Resolución Ministerial N° 179-2013/MINSA., Notificación de Enfermedades y Eventos sujetos a Vigilancia Epidemiológica en Salud Pública. D.S. N° 046-MINSA/DGE-V.01.
- Resolución Ministerial N° 523-2007/MINSA – Guía Técnica para la evaluación interna de la vigilancia, prevención y control de las infecciones intrahospitalarias.
- Resolución Ministerial N° 614-2004/MINSA – Sistema de Gestión de la Calidad del PRONAHEBAS.
- Resolución Ministerial N°050-2013-TR – Formatos referenciales para el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Resolución Ministerial N° 480-2008/MINSA – Aprueban la NTS N° 068-MINSA/DGSP-V1. "Norma Técnica de Salud que establece el Listado de Enfermedades Profesionales".
- Resolución Ministerial N° 375-2008-TR., "Norma Básica de Ergonomía y de Procedimientos de Evaluación de Riesgo Disergonomicos".
- Norma Técnica de Edificación G.050 "Seguridad durante la Construcción".
- Código Nacional de Electricidad (suministro 2011).

NORMATIVA LOCAL:

- Resolución Directoral N° 221-2017-GR-CAJ-DRS/HRD, que aprueba la conformación del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo
- Resolución Directoral N° 334-2017-GR-CAJ-DRDS/HRDC-DE, que aprueba el Reglamento del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo del Hospital Regional Docente de Cajamarca.
- Resolución Directoral N° 99-2020-GR-CAJ-DRDS/HRDC-DE, que aprueba el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST), del Hospital Regional Docente de Cajamarca.
- Resolución Directoral N° 146- 2023-GR-CAJ-DRS/HRDC emitida el 10 de mayo de 2023, que aprueba la conformación del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

III. RESUMEN EJECUTIVO DE ACTIVIDADES DEL HRDC

El Hospital Regional Docente de Cajamarca (HRDC), es una entidad pública encargada de brindar atención sanitaria integral, especializada, con calidad, buen trato, mínimos tiempos de espera a la población de Cajamarca; comprometidos con equidad e interculturalidad, integrando funciones de docencia e investigación y articulado a flujos de atención de la DIRESA Cajamarca.

El HRDC brindaatención las 24 horas del día en turnos de trabajo de 6h, 8h o 12 horas según los diferentes puestos de trabajo. Cuenta con pabellones que van desde 02 pisos hasta 05 pisos y abarca un área construida de 22567 m^2 de un total de 5.551 hectáreas.

Se encuentra ubicado en la Región de Cajamarca, depende jerárquica, administrativa y normativamente de DIRESA-Cajamarca, Unidad Ejecutora del Gobierno Regional de Cajamarca y funcionalmente se encuentra sujeto a normatividad del MINSA. Es el hospital referencial de mayor complejidad de la Región de Cajamarca, de categoría II-2, con metas a convertirse en un Hospital Referencial de categoría III-1.

Nuestros principales insumos son fármacos y materiales considerados en el petitorio nacional; equipos de protección personal (guantes quirúrgicos, mascarillas, ropa estéril

para sala de operaciones, etc.), reactivos para hematología, compuestos químicos para anatomía patológica, antisépticos, desinfectantes y demás productos necesarios para limpieza.

El Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo (RISST) es una herramienta que contribuye a la prevención en el marco del sistema de Gestión de seguridad y salud en el trabajo (SGSST) a través del cual, el HRDC promueve una instauración de una cultura de prevención de riesgos laborales a la que los trabajadores están expuestos, siendo fundamental que todo trabajador cuente con un ejemplar de dicho documento y así mismo cuente con la capacitación y entrenamiento necesario.

La alta dirección del HRDC velara por el cumplimiento del presente reglamento fomentando el involucramiento y compromiso de todo personal, orientando constantemente la mejora de la prevención de los riesgos laborales.

IV. OBJETIVOS Y ALCANCES

Artículo 1: Los objetivos del presente reglamento son:

a) Garantizar las condiciones de seguridad y salvaguardar la vida, la integridad física y el bienestar de los trabajadores, mediante la prevención de los accidentes de trabajo y las enfermedades ocupacionales.

b) Promover una cultura de prevención de riesgos laborales en todos los trabajadores, incluyendo al personal sujeto a los regímenes de intermediación y tercerización, modalidades formativas laborales (internos, residentes, pasantes) y los que prestan servicios de manera independiente, siempre que éstos desarrollen sus actividades total o parcialmente en las instalaciones del Hospital Regional Docente de Cajamarca, garantizando de esta manera las condiciones de seguridad y salud en el trabajo.

c) Establecer las normas de seguridad y salud en el trabajo dentro de la institución y velar por su cumplimiento.

d) Propiciar la mejora continua de las condiciones de seguridad, salud y medio ambiente de trabajo, a fin de evitar y prevenir daños en la salud, a las

instalaciones o a los procesos en las diferentes actividades ejecutadas; facilitando la identificación de los riesgos existentes, su evaluación, corrección y control.

e) Proteger las instalaciones y bienes del Hospital Regional de Cajamarca a través de la realización de actos seguros, con la finalidad de garantizar la fuente de trabajo y minimizar los peligros que dañen sus instalaciones y consecuentemente al trabajador.

f) Estimular y fomentar un mayor desarrollo de la conciencia de prevención entre los trabajadores, incluyendo regímenes de intermediación y tercerización, modalidad formativa e incluso entre los que presten servicios de manera esporádica en las instalaciones del Hospital, con el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Artículo 2. Alcances.

El RISST es aplicable a todas las actividades, servicios y procesos que se desarrollan en el HRDC y establece las funciones y responsabilidades que con relación a la seguridad y salud en el trabajo deben cumplir obligatoriamente todos los trabajadores, incluyendo al personal sujeto a los regímenes de intermediación y tercerización, modalidades formativas laborales (internos, residentes, pasantes), sean estas actividades ejecutadas dentro o fuera de las instalaciones del HRDC, los trabajadores que prestan servicios de manera independiente o consultores que realicen trabajos en nombre del HRDC, así como contratistas y proveedores.

V. LIDERAZGO, COMPROMISOS Y POLÍTICA DE SEGURIDAD Y SALUD

A. LIDERAZGO

Artículo 3: La máxima autoridad del Hospital Regional Docente de Cajamarca, liderará y promoverá la política de Seguridad y Salud en el Trabajo, comprometiéndose a:

1) Liderar y brindar los recursos necesarios previamente presupuestados para el desarrollo de todas las actividades en la organización y para la implementación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, a fin de lograr el éxito en la prevención de los incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales.

2) Asumir la responsabilidad de la prevención de accidentes de trabajo y las enfermedades ocupacionales, fomentando el compromiso de cada trabajador mediante el estricto cumplimiento de disposiciones que contiene el presente reglamento.

3) Proveer los recursos necesarios para mantener un ambiente de trabajo seguro y saludable.

4) Establecer programas definidos de Seguridad y Salud en el Trabajo, evaluando su desempeño y llevando a cabo las mejoras que se justifiquen.

5) Operar en concordancia con las prácticas aceptables del Hospital Regional Docente de Cajamarca, y con pleno cumplimiento de las leyes y reglamentos de Seguridad y Salud en el Trabajo.

6) Investigar las causas de accidentes de trabajo, enfermedades ocupacionales, incidentes peligrosos y otros incidentes; así como desarrollar acciones preventivas en forma efectiva.

7) Fomentar una cultura de prevención de los riesgos laborales para lo cual se inducirá, entrenará, capacitará y formará a los trabajadores en el desempeño seguro y productivo de sus labores.

8) Mantener un alto nivel de alistamiento para actuar en casos de emergencia, promoviendo su integración con el Sistema Nacional de Defensa Civil, esto en coordinación con el COE.

9) Exigir que los proveedores y contratistas cumplan con todas las normas aplicables de Seguridad y Salud en el Trabajo.

10) Establecer y promover la cooperación y la comunicación entre los trabajadores del Hospital Regional Docente de Cajamarca, así como sus representantes y las organizaciones sindicales, para poder aplicar los elementos del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo en el Hospital de manera eficiente.

11) Respetar y cumplir las normas vigentes sobre la materia.

B. POLÍTICA DE SEGURIDAD Y SALUD:

Artículo 4: El Hospital Regional Docente de Cajamarca, adopta las siguientes políticas de seguridad y salud en el trabajo:

- Proteger la salud y seguridad de los trabajadores, brindando un ambiente de trabajo seguro y saludable, durante el desarrollo de sus labores, previniendo accidentes, enfermedades e incidentes en el lugar de trabajo.
- Implementar un Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, que promueva la participación activa de los trabajadores y sus representantes, en los elementos del sistema, para poder tomar oportunas y eficaces medidas de control.
- Promover y motivar en los trabajadores una cultura de prevención de riesgos laborales, en todas sus actividades, mediante la identificación, evaluación y control de los peligros y riesgos asociados a su entorno laboral, fomentando el desarrollo de actividades y medidas necesarias para prevenir los riesgos derivados del trabajo
- Cumplir con los requisitos legales en materia de Seguridad y Salud en el trabajo, vigentes en nuestro país, aplicables a nuestras actividades.

El Hospital Regional Docente de Cajamarca está comprometido con el cumplimiento de los requisitos legales en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo vigentes en nuestro país. Consideramos que nuestro capital más importante es nuestro personal y somos conscientes de nuestra responsabilidad social por lo que nos comprometemos a generar condiciones para la existencia de un ambiente de trabajo seguro y saludable, a promover la participación de nuestros trabajadores en los elementos del Seguridad y Salud en el trabajo, y a mejorar el desempeño del mismo.

VI. ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES

A. FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DEL HRDC.

Artículo 5:El empleador asume su responsabilidad en la Organización del Sistema de Gestión en Seguridad y Salud en el trabajo; y, garantiza el cumplimiento de todas las

obligaciones que sobre el particular establece la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y su reglamento, para lo cual:

a. Garantizar que la Seguridad y Salud en el Trabajo sea una responsabilidad conocida y aceptada en todos los niveles de la institución.

b. El empleador será responsable de la prevención y conservación del lugar de trabajo asegurando que esté construido, equipado y dirigido de manera que suministre una adecuada protección a los trabajadores contra accidentes que afecten su vida, salud e integridad física.

c. Definir y comunicar a los trabajadores, cual es el área que identifica, evalúa o controla los peligros y riesgos relacionados con la Seguridad y Salud en el trabajo.

d. El empleador instruirá a los trabajadores, incluyendo al personal sujeto a regímenes de intermediación y tercerización, modalidades formativas laborales y los que prestan servicios de manera independiente, siempre que éstos desarrollen sus actividades total o parcialmente en las instalaciones del Hospital Regional Docente de Cajamarca, respecto a los riesgos a que se encuentren expuestos en las labores que realizan y particularmente aquellos relacionados con el puesto o función (a efectos de que el trabajador conozca de manera fehaciente los riesgos a los que está expuesto y las medidas de prevención y protección que debe adoptar y exigir al empleador), adoptando las medidas necesarias para evitar accidentes o enfermedades ocupacionales.

e. El empleador desarrollará acciones de sensibilización, capacitación y entrenamiento destinados a promover el cumplimiento por los trabajadores de las normas de Seguridad y Salud en el Trabajo. Las capacitaciones se realizarán dentro de la jornada de trabajo, sin implicar costo alguno para el trabajador.

f. El empleador proporcionará a sus trabajadores los equipos de protección personal de acuerdo a la actividad que realicen y dotará a la maquinaria, de resguardos y dispositivos de control necesarios para evitar accidentes.

g. El empleador promoverá en todos los niveles una cultura de prevención de los riesgos en el trabajo para garantizar la Seguridad y Salud de los trabajadores en el desempeño de todos los aspectos relacionados con su labor.

h. Gestionar los riesgos, sin excepción, eliminándolos en su origen y aplicando sistemas de control a aquellos que no se puedan eliminar.

i. Garantizar que las elecciones de los representantes de los servidores se realicen a través de las organizaciones sindicales o a través de elecciones democráticas de los trabajadores.

j. Garantizar el real y efectivo trabajo del comité paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo, asignando los recursos necesarios.

k. Mantener informados a los trabajadores, de cuál es el departamento u oficina, la que identifica, evalúa y controla los peligros y riesgos relacionados con la Seguridad y Salud en el Trabajo.

l. Practicar exámenes médicos antes, durante y al término de la relación laboral, a los trabajadores; esto de acuerdo con los riesgos a los que están expuestos en sus labores.

m. Establecer, aplicar y evaluar una política y un programa en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo.

n. Actualizar la evaluación de riesgos una vez al año como mínimo o cuando cambien las condiciones de trabajo o se hayan producido daños a la salud y seguridad en el trabajo.

o. Para el caso del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo: El empleador dará facilidades y adoptará medidas adecuadas que aseguren el funcionamiento efectivo del Comité de Seguridad en el Trabajo; así mismo, brindará la autoridad que requiera para llevar a cabo funciones.

B. ORGANIZACIÓN INTERNA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

FUNCIONES YRESPONSABILIDADESDEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO.

Artículo 6: El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, actualmente está constituido en forma paritaria, asignado por Resolución Directoral N° 146- 2023-GR-CAJ-DRS/HRDC emitida el 10 de mayo de 2023, los cuales cumplen las siguientes funciones:

a. Conocer los documentos e informes relativos a las condiciones de trabajo que sean necesarios para el cumplimiento de sus funciones, así como los procedentes de la actividad del servicio de seguridad y salud en el trabajo.

b. Aprobar el Reglamento Interno de Seguridad y Salud del empleador.

c. Aprobar el Plan Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.

d. Participar en la elaboración, aprobación, puesta en práctica y evaluación de las políticas, planes y programas de promoción de la seguridad y salud en el trabajo, de la prevención de accidentes y enfermedades ocupacionales.

e. Aprobar el plan anual de capacitación de los trabajadores sobre seguridad y salud en el trabajo.

f. Promover que todos los nuevos trabajadores reciban una adecuada formación, instrucción y orientación sobre prevención de riesgos.

g. Vigilar el cumplimiento de la legislación, las normas internas y las especificaciones técnicas del trabajo relacionadas con la seguridad y salud en el lugar de trabajo; así como, el Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo.

h. Asegurar que los trabajadores conozcan la normatividad, reglamentos, directivas instrucciones, y especificaciones técnicas de trabajo, relativos a la prevención de los riesgos en el lugar de trabajo.

i. Elaborar y difundir material de información, educación y comunicación relativos a la prevención de los riesgos en el Hospital.

j. Promover el compromiso, la colaboración y la participación activa de todos los trabajadores en la prevención de los riesgos del trabajo, mediante la comunicación eficaz, la participación de los trabajadores en la solución de los problemas de seguridad, la inducción, la capacitación, el entrenamiento, concursos, simulacros, entre otros.

k. Realizar inspecciones periódicas en las áreas administrativas, áreas operativas, instalaciones, maquinaria y equipos, a fin de reforzar la gestión preventiva.

l. Investigar las causas de todos los incidentes, accidentes y de las enfermedades ocupacionales que ocurran en el lugar de trabajo, emitiendo las recomendaciones respectivas para evitar la repetición de éstos.

m. Verificar el cumplimiento y eficacia de sus recomendaciones para evitar la repetición de los accidentes y la ocurrencia de enfermedades profesionales.

n. Hacer recomendaciones apropiadas para el mejoramiento de las condiciones y el medio ambiente de trabajo, velar porque se lleven a cabo las medidas adoptadas y examinar su eficiencia.

o. Analizar y emitir informes de las estadísticas de los incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales ocurridas en el lugar de trabajo.

p. Supervisar los servicios de seguridad y salud en el trabajo y la asistencia y asesoramiento al empleador y al trabajador.

q. Reunirse mensualmente en forma ordinaria para analizar y evaluar el avance de los objetivos establecidos en el programa anual, y en forma extraordinaria para analizar accidentes que revistan gravedad o cuando las circunstancias lo exijan.

r. Reportar al Director del HRDC la siguiente información:

- El accidente mortal o el incidente peligroso, de manera inmediata.
- La investigación de cada accidente mortal y medidas correctivas adoptadas dentro de los diez (10) días de ocurrido.
- Las estadísticas trimestrales de accidentes, incidentes y enfermedades ocupacionales.

- Las actividades trimestrales del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

s. Llevar en el Libro de Actas el control del cumplimiento de los acuerdos.

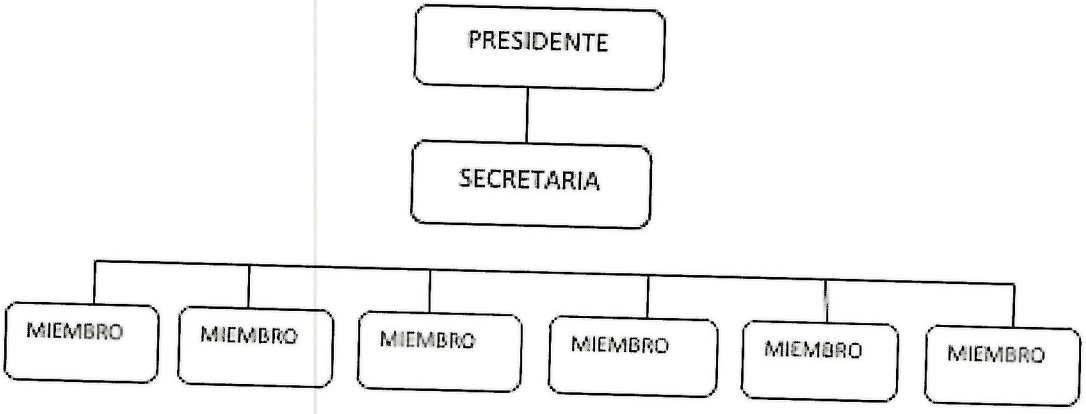
t. Reunirse mensualmente en forma ordinaria para analizar y evaluar el avance de los objetivos establecidos en el Programa Anual, y en forma extraordinaria para analizar accidentes que revistan gravedad o cuando las circunstancias lo exijan.

u. El comité tiene un carácter promotor consultivo y de control en las actividades orientadas a la prevención de riesgos y protección de la salud de los trabajadores.

ORGANIGRAMA DEL COMITÉ:

Artículo 7: El presente organigrama es la representación gráfica de la estructura orgánica del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo. El empleador adoptará el siguiente organigrama funcional para el Comité:

ORGANIGRAMA DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



PROGRAMA ANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO:

Artículo 8: El comité de Seguridad y Salud en el Trabajo aprobará el Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo, que es el conjunto de actividades de prevención en seguridad y salud en el trabajo que establece el Hospital Regional de Cajamarca, para ejecutar a lo largo de un año. Este programa será elaborado por el área de Seguridad y Salud en el Trabajo del Hospital y forma parte de la documentación del

Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo que debe exhibir el empleador. Este Programa deberá estar en relación a los objetivos contenidos en el presente Reglamento y a los otros elementos que garanticen un trabajo en forma preventiva y sistemática contra los riesgos existentes en los centros de trabajo. Los objetivos deben ser medibles y trazables. Luego de haber analizado y seleccionado los objetivos, contenidos, acciones, recursos y otros elementos, el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo aprobará el mencionado programa; así mismo, participa en la puesta en práctica y evaluación del mismo. El empleador asume el liderazgo del Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

IMPLEMENTACIÓN DE REGISTROS Y DOCUMENTACIÓN DEL SISTEMA DE GESTIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Artículo 9: Para la evaluación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, el Hospital Regional Docente de Cajamarca contará con los siguientes registros:

a. Registro de accidentes de trabajo, enfermedades ocupacionales, incidentes peligrosos y otros incidentes, en el que deben constar la investigación y las medidas correctivas.
b. Registro de exámenes médicos ocupacionales.
c. Registro del monitoreo de agentes físicos, químicos, biológicos, psicosociales y factores de riesgo disergonómicos.
d. Registro de inspecciones internas de Seguridad y Salud en el Trabajo.
e. Registro de estadísticas de seguridad y salud.
f. Registro de equipos de seguridad o emergencia.
g. Registro de inducción, capacitación, entrenamiento y simulacros de emergencia.
h. Registro de auditorías.

DE LOS DIRECTIVOS Y JEFES:

Artículo 10: Todos los niveles jefaturales (Directores, Jefes y Responsables), de acuerdo a su alcance y de manera general, cumplirán y velarán para que los trabajadores, usuarios, contratistas, proveedores (personas naturales o jurídicas), incluyendo a todo cuanto está prestando servicios y procesos, parcial y total de una actividad laboral, cumplan el presente reglamento.

Así mismo, son responsabilidades y obligaciones de los directivos, las siguientes:

Artículo 11:

a. Participar proactivamente en el Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

b. Garantizar que su personal esté adecuadamente capacitado en la prevención de Riesgos Ocupacionales, para lo cual coordinará oportunamente con el área de Salud Ocupacional, Epidemiología, Recursos Humanos y el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, la realización de actividades de capacitación y entrenamiento.

c. Realizar inspecciones para constatar in situ, el cumplimiento de las medidas preventivas contra accidentes, así como las nuevas condiciones de riesgo que se puedan presentar.

d. Gestionar medidas preventivas y correctivas necesarias para eliminar o reducir las causas que originan incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales, así como los riesgos para la salud.

e. Informar inmediatamente al área de Salud Ocupacional, Epidemiología y al Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, sobre la ocurrencia de incidentes, accidentes y cualquier alteración visible de la salud del personal de su área.

f. Incluir en su agenda de reuniones ordinarias o extraordinarias, las actividades en Salud Ocupacional programadas con su área; asegurando la participación de todos los trabajadores a su cargo en actividades como: llenado de fichas de

recolección de datos, capacitaciones o informes que el área de Salud Ocupacional programe.

DE LOS TRABAJADORES:

Artículo 12: En aplicación del principio de prevención, todo trabajador está obligado a cumplir las normas contenidas en este Reglamento y otras disposiciones complementarias, incluyendo al personal sujeto a los regímenes de intermediación y tercerización, modalidades formativas laborales y los que prestan servicios de manera independiente, siempre que éstos desarrollen sus actividades total o parcialmente en las instalaciones del Hospital Regional Docente de Cajamarca. En este sentido, los trabajadores:

a. Harán uso adecuado de todos los resguardos, dispositivos de seguridad y demás medios suministrados de acuerdo con lo dispuesto en el presente Reglamento, para su protección o la de terceros. Así mismo, cumplirán todas las instrucciones de seguridad, procedentes o aprobadas por la autoridad competente, relacionadas con el trabajo.

b. Deberán informar a su jefe inmediato, y éstos a su vez a la oficina de Salud Ocupacional, de los accidentes e incidentes ocurridos por menores que estos sean. Para este fin, contarán con un cuaderno de registro de accidentes e incidentes internos (laborales).

c. Se abstendrán de intervenir, modificar, desplazar, dañar o destruir los dispositivos de seguridad, señalizaciones o aparatos destinados para su protección y la de terceros; así mismo, no modificarán los métodos o procedimientos adoptados por el Hospital.

d. Mantendrán condiciones de orden y limpieza en todos los lugares y actividades.

e. Se someterán a los exámenes médicos a que estén obligados por norma expresa siempre y cuando se garantice la confidencialidad del acto médico.

f. Están prohibidos de efectuar bromas que pongan en riesgo la vida de otro trabajador y de terceros, los juegos bruscos y, bajo ninguna circunstancia, trabajar bajo el efecto de alcohol o estupefacientes.

MAPA DE RIESGOS:

Artículo 13: El Mapa de Riesgos es un plano de las condiciones de trabajo, que puede emplear diversas técnicas para identificar y localizar los problemas y las acciones de promoción y protección de la salud de los trabajadores en la organización del empleador y los servicios que presta. Será elaborado por el área de Salud Ocupacional y actualizado anualmente.

Es una herramienta participativa y necesaria para llevar a cabo las actividades de localizar, controlar, dar seguimiento y representar en forma gráfica, los agentes generadores de riesgos que ocasionan accidentes, incidentes peligrosos, otros incidentes y enfermedades ocupacionales en el trabajo.

DE LAS EMPRESAS QUE BRINDAN SERVICIOS

Artículo 14: Las empresas contratistas, subcontratistas, empresas especiales de Servicios y Cooperativas de trabajadores, deberán garantizar:

a. La seguridad y salud de los trabajadores que se encuentren en el lugar donde fueron destacados.

b. Asegurar a sus trabajadores mediante el Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo (SCTR) por la cobertura de accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales.

c. El cumplimiento de la normatividad en materia de seguridad y salud en el trabajo; así como lo estipulado en el presente reglamento.

d. Capacitar y entrenar a sus trabajadores en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo.

e. Suministrar los equipos de protección personal adecuados a sus trabajadores de acuerdo a las labores que desempeñen en función a la presente normativa.

f. Contar con un responsable que acredite conocimientos y experiencia en Seguridad y Salud en el Trabajo, quien será el Coordinador de la Empresa Contratista ante las Unidades Orgánicas pertinentes o el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo del Hospital.

g. Brindar facilidades al responsable de las Unidades Orgánicas pertinentes y a los miembros del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, para el desarrollo de sus funciones, cuando corresponda de acuerdo con el cronograma elaborado por el área de Salud Ocupacional.

h. Consultar con el representante del Hospital a cargo del control del trabajo y el responsable del área de Salud Ocupacional, cualquier duda que se pudiera presentar en la aplicación o en la forma de llevar a la práctica el contenido de este reglamento.

i. Informar inmediatamente al área de Salud Ocupacional o al Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, la ocurrencia de un incidente o accidente de trabajo del personal a su cargo.

ESTÍMULOS, INFRACCIONES Y SANCIONES:

1. De los estímulos:

Artículo 15: Los trabajadores del Hospital Regional Docente de Cajamarca, que contribuyan en la mejora de la gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo, recibirán estímulos teniendo en cuenta los siguientes factores:

a. Cumplimiento de los Estándares de Seguridad y Salud en el Trabajo

b. Número de condiciones de riesgo e incidentes identificados, registrados en su cuaderno y comunicados.

c. Identificación de las causas que originaron los incidentes, soluciones inmediatas en implementación de medidas preventivas.

Artículo 16: Se expedirá resoluciones de felicitación para el personal que contribuye con la Seguridad y Salud en el Trabajo.

2. De las infracciones:

Artículo 17: Son infracciones al Reglamento Interno de Seguridad y Salud en el Trabajo del Hospital Regional Docente de Cajamarca, los incumplimientos de las normas, dispositivos o estándares definidos en el presente reglamento.

Artículo 18: Todas las infracciones son objeto de sanción y se clasifican en: leves, graves y muy graves; de acuerdo al tipo de incumplimiento y número de trabajadores afectados.

Artículo 19: Se considera como infracción leve, lo siguiente:

a. La falta de orden y limpieza del ambiente de trabajo, de la que no se derive riesgo para la integridad física o salud de los trabajadores.
b. No reportar oportunamente los incidentes peligrosos o los accidentes. Y no contribuir con la investigación del accidente.
c. No asistir a la capacitación programada en Seguridad y Salud en el Trabajo (SST).
d. No asistir a los exámenes médicos programados de carácter obligatorio en SST.
e. No adoptar las disposiciones, recomendaciones o medidas en SST.
f. No brindar datos verídicos para la ficha de notificación, los cuales serán sujetos a verificación.

Artículo 20: Se consideran como Infracciones Graves las siguientes:

a. Obstaculizar o impedir el desarrollo y aplicación del Programa de Seguridad y Salud en el Trabajo.
b. No informar a los trabajadores de los riesgos a que están expuestos durante la ejecución de su labor.
c. No entregar los Equipos de Protección Personal (EPP) a los trabajadores.
d. Asignar trabajos al personal que no posea la calificación adecuada para ello.
e. No supervisar o no disponer la supervisión de los trabajos asignados.
f. No realizar las evaluaciones médicas y pruebas de vigilancia periódica del estado de salud de los trabajadores o no comunicar a los trabajadores afectados el resultado de los mismos; lo cuales serán de acuerdo a cada área de trabajo.
g. No dar cuenta a la autoridad competente, de los accidentes de trabajo ocurridos y de las enfermedades ocupacionales declaradas, cuanto tenga la calificación de

graves, muy graves o mortales; o no llevar a cabo la investigación en caso de producirse daños a la salud de los trabajadores.

h. Proporcionar información inexacta de forma deliberada durante el proceso de análisis e investigación de accidente.

Artículo 21: Se considera como Infracción Muy Grave, lo siguiente:

a. Cualquier acto de imprudencia o negligencia que cause la muerte o lesión muy grave a un trabajador.

b. No paralizar ni suspender de forma inmediata los trabajos con riesgo inminente o reanudarlos sin haber subsanado previamente las causas que motivaron dicha paralización.

c. No utilizar los Equipos de Protección Personal o hacerlo de forma inadecuada de acuerdo al alto nivel de riesgo.

d. No observar las normas específicas en materia de protección de la seguridad y salud de los trabajadores durante los periodos de embarazo y lactancia; así como de los trabajadores con discapacidad.

e. Incumplir el deber de confidencialidad en el uso de los datos relativos a la vigilancia de la salud de los trabajadores.

f. No adoptar las medidas preventivas aplicables a las condiciones de trabajo de lo que se derive un riesgo grave para la salud o grave e inminente para la seguridad de los trabajadores.

g. En caso de reincidencia de cometer faltas graves será considerado como agravante.

De las sanciones:

Artículo 22: Las sanciones serán aplicadas en base a criterios de objetividad y proporcionalidad a la falta cometida. En nuestro caso, como entidad pública, el incumplimiento de las obligaciones previstas en la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo, así como las del presente Reglamento; constituyen faltas disciplinarias que

serán procesadas y sancionadas conforme al régimen laboral correspondiente al infractor.

Las sanciones al personal del Hospital Regional Docente de Cajamarca, serán de acuerdo a regímenes laborales donde se considera lo siguiente:

1°. Recomendación.

2°. Amonestación escrita a su legajo personal.

3°. Amonestación severa.

4°. Suspensión.

5°. Despido.

6°. Reparación del daño.

Las sanciones al personal de empresas contratistas, usuarios y visitantes, serán impuestas por el Hospital Regional de Cajamarca, previa recomendación del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo; siendo estas las siguientes:

1°. Recomendación

2°. Amonestación

3°. No participación como proveedor en las licitaciones futuras.

4°. Reparación de daños. Sin perjuicio de proceder de acuerdo a Ley (civil o penal) en el caso de presentarse lesiones personales.

VII. ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS PROCESOS:

A. EN EL AMBIENTE DE TRABAJO:

A.1. DE LAS CONSIDERACIONES GENERALES EN LOS PROCESOS ASISTENCIALES:

Artículo 23. Orden y Limpieza.

Los pasadizos, salas, laboratorios, almacenes y todos los ambientes de trabajo del HRDC, deben mantenerse ordenados, limpios y despejados permitiendo el libre tránsitode los trabajadores. El personal de limpieza debe mantener constantemente la

limpieza y el orden de los ambientes de trabajo de acuerdo a las siguientes especificaciones:

- No se almacenarán ni se colocarán elementos que impidan el correcto abrir y cerrar de las puertas.
- Se colocarán los desechos según se vaya generando de acuerdo a la correcta eliminación de residuos.
- Las vías, pasadizos y otras áreas donde circule el personal deben mantenerse despejados de materiales que obstruyan y/o imposibiliten el libre tránsito.
- Debe existir una inspección constante para verificar el orden y la limpieza de los ambientes de trabajo.

Los equipos biomédicos y sus dispositivos; así como las sillas de rueda y camillas, deben mantenerse en buen estado de conservación y funcional; así como también deben contar con un plan de mantenimiento preventivo correctivo periódico, garantizado de acuerdo a un cronograma.

Artículo 24. Eliminación de desechos.

Los residuos sólidos deben ser procesados de acuerdo a las normas de manejo de residuos sólidos hospitalarios existentes, cumpliendo los siguientes pasos:

- Acondicionamiento, Segregación, Almacenamiento primario, Recolección y Transporte interno, Almacenamiento intermedio, Almacenamiento central o final, Tratamiento, Recolección – Transporte externo y Disposición final.
- Los residuos punzocortantes deben ser colocados en recipientes diseñados para tal finalidad; NUNCA reencauchar las agujas hipodérmicas y similares luego de haber sido utilizadas.
- La ropa sucia debe ser depositada en bolsas rojas y transportadas en coches cerrados por las vías establecidas.

Artículo 25. Bioseguridad

- La Seguridad y Salud del Trabajador está orientado a proteger al personal trabajador del Hospital Regional Docente de Cajamarca, de posibles enfermedades y accidentes durante el proceso de atención a pacientes, manipulación de fluidos y tejidos corporales o durante la realización de actividades complementarias en el establecimiento de salud; por tal motivo, se tendrán en cuenta los principios universales de la bioseguridad establecidos por el Centro de Control de Enfermedades de Atlanta (CDC), los cuales se enumeran a continuación:
    - ✓ Lavado de manos
    - ✓ Uso de guantes
    - ✓ Uso de protectores: mandil (Bata) o ropa de trabajo adecuada
    - ✓ Uso de lentes, protector facial y cubre boca
    - ✓ Cuidados con los artículos y equipamientos de asistencia del paciente.
    - ✓ Manejo adecuado de elementos punzocortantes
    - ✓ Prevención de exposición a patógenos transmitidos por sangre y fluidos.
    - ✓ Ubicación del paciente: Sistema de aislamiento.
    - ✓ Restricción laboral por solución de continuidad en piel.
    - ✓ Trabajadores de salud embarazadas: extremar cuidados de bioseguridad.
- Todo trabajador del Hospital Regional Docente de Cajamarca que esté en contacto con los pacientes, deberá estar inmunizado contra Hepatitis B, Tétanos e Influenza, verificar su protección con la vacuna de Hepatitis B a través del dosaje cuantitativo de anticuerpos contra el antígeno de superficie, el cual deberá ser mayor de 10 UI para asegurar la respuesta positiva a la vacuna.

- El personal que labora en las áreas asistenciales no deberá llevar medicamento, jeringas, material punzo cortante, termómetros de mercurio o alcohol en los bolsillos.
- Todo personal trabajador del Hospital Regional Docente de Cajamarca, o de empresas tercerizadas que realizan labores dentro del Hospital, está obligado a cumplir y hacer cumplir las guías o protocolos de bioseguridad existentes.

Artículo 26. Barreras de Protección

- Utilizar equipos de protección personal (EPP), que como su nombre lo establece, son de uso personal y exclusivo, de acuerdo a los riesgos a los cuales se expone el trabajador, considerando si existe la posibilidad de salpicaduras de sangre y secreciones, durante la atención del paciente, limpieza y desinfección de material quirúrgico; más aún si existe la posibilidad de transmisión de enfermedades por vía aérea.
- El personal que distribuye alimentos a pacientes hospitalizados, debe estar debidamente uniformado y con el equipo de protección personal correspondiente: mascarilla, gorro, mandil, guantes.

Articulo 27 Instalaciones eléctricas.

El personal del área de mantenimiento (Servicios Generales) debe revisar periódicamente las conexiones eléctricas, el cableado eléctrico de luz y de los distintos equipos de las distintas áreas del HRDC.

El personal debe considerar lo siguiente:

- Los tableros eléctricos y mandos de control deben mantenerse cerrados, restringiendo su acceso solo al personal de mantenimiento eléctrico.
- Toda celda eléctrica debe tener un aviso de seguridad de riesgo eléctrico y se establecerá una distancia de seguridad (1 metro como mínimo) para evitar el contacto fortuito con los trabajadores que transitan en la zona.
- Las instalaciones eléctricas de los ambientes donde se realizan actividades asistenciales deben estar protegidas adecuadamente según normas

establecidas, no deben existir cables de corriente eléctrica expuestos. Todos los equipos que funcionan con corriente eléctrica deben estar conectados a tierra.

Artículo 28 Abastecimiento de gases

- El abastecimiento de gases que no se encuentre empotrado, deberá ser adecuadamente protegido y asegurado con correas, cadenas y collares evitando caídas y choques. Del mismo modo, su transporte deberá ser realizado en coches o medios de transporte adecuados, que permitan el traslado vertical de los mismos con sus respectivos medios de fijación.

Articulo 29 Iluminación y ventilación.

- Todos los ambientes de trabajo del HRDC deben estar correctamente iluminados y ventilados para facilitar el trabajo y mejorar el rendimiento del personal
- La cantidad y calidad de la iluminación debe garantizar y permitir una buena visibilidad. Sus luxes deben estar de acuerdo como lo especifican las normas técnicas según los ambientes donde se realizan actividades asistenciales.
- Las áreas de circulación de personal, escaleras, pasadizos y salidas de emergencia deben contar con medios de iluminación de emergencia.
- Respecto a la ventilación de los ambientes de trabajo se mantendrán por medios naturales o artificiales de manera adecuada para evitar el insuficiente suministro de aire, calor o frio excesivo.

Articulo 30 Ergonomía.

- El HRDC a través del área correspondiente promoverá las técnicas ergonómicas adecuadas a fin de proporcionar a los trabajadores un ambiente de trabajo saludable.
- La verificación de la ergonomía deberá estar orientada a las siguientes tareas humanas: diseño de controles, diseño de indicadores, diseño de las tareas o procurando efectuar cortos descansos para evitar sobrecarga muscular.

- La movilización de pacientes principalmente adultos, se debe realizar en equipo, de acuerdo al tipo de paciente, con técnicas de mecánica corporal recomendadas, a fin de evitar contracturas musculares, lesiones a la columna vertebral y/o articulares.
- Mantener el plano del trabajo a una altura adecuada.
- Utilización de sillas regulables y giratorias con apoyo lumbar para el área de consultorios externos, oficinas administrativas, área de costura, etc.

Artículo 31. Accidente de trabajo.

- Todo accidente de trabajo debe ser informado oportunamente al jefe inmediato, unidad de epidemiología, área de Salud Ocupacional para el llenando el formato de "Registro único de accidentes" adecuado por el Hospital, con la finalidad de que tomar las acciones correspondientes: registro, manejo, seguimiento y vigilancia.
- La investigación del accidente de trabajo será realizada por el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo y el área de Salud Ocupacional.
- Al diagnosticarse una enfermedad ocupacional o accidente de trabajo, el área de Salud de Ocupacional, notificará a la autoridad competente de acuerdo a Ley.

Artículo 32. Examen Médico Ocupacional.

Todo personal que labora en el Hospital Regional Docente de Cajamarca, deberá pasar obligatoriamente, un "examen médico ocupacional" realizado por el área de Salud Ocupacional; tanto al momento del ingreso, al retiro y cada año.

Artículo 33: El personal asistencial que labore en el Hospital, debe estar capacitado e informado en materia de seguridad y salud en el trabajo, de acuerdo al programa de capacitación anual aprobado por la dirección.

Artículo 34: Para el caso de personal asistencial femenino que se encuentre en estado de gestación, deberán tomarse las medidas pertinentes con la finalidad de exponerla al menor riesgo posible tanto biológico como ergonómico, físico y

psicosocial. Para tal motivo, se considerará la rotación temporal del puesto de trabajo o restricción de sus actividades laborales.

Artículo 35: Todo trabajador nuevo, que sea rotado o incorporado a un nuevo lugar de trabajo, deberá recibir capacitación sobre los peligros y riesgos a los que se encontrará expuesto en su nuevo ambiente de trabajo.

A.2. DE LAS CONSIDERACIONES PARTICULARES A TENER EN CUENTA EN LOS PROCESOS ASISTENCIALES ESPECÍFICOS:

1. De los procesos en Consulta Externa:

Artículo 36: Cada consultorio debe contar con lavamanos, dispensador de jabón líquido, papel toalla o alcohol gel en caso no se cuente con lavamanos.

Artículo 37: La higiene de manos debe ser practicada por todos los trabajadores que están en contacto con pacientes. Este lavado se puede realizar lavando con agua y jabón, según técnicas y guías establecidas o frotando las manos con soluciones de base alcohólica (Alcohol gel), antes y después de cada atención del paciente y cuando crea conveniente.

Artículo 38: El espacio de consultorio externo debe estar debidamente ventilado con ventanas en la parte superior de la pared. Se debe garantizar una buena ventilación natural o con sistemas de recambio de aire.

Artículo 39: Las sillas deben tener características ergonómicas donde deben sentarse con la espalda recta apoyada sobre el espaldar de la silla, apoyo lumbar, pies apoyados sobre el piso con rodillas en ángulo recto.

2. De los procesos en Hospitalización:

Artículo 40: Las salas de hospitalización deben estar debidamente ventiladas con ventanas en la parte superior de la pared. Además, los ambientes de hospitalización deben garantizar una buena ventilación natural o con sistemas de recambio de aire.

Artículo 41: La higiene de manos debe ser practicada por todos los trabajadores que están en contacto con pacientes o que ingresan a los ambientes asépticos: UCI, UCIN, UCI NEO. Este lavado se puede realizar lavando con agua y jabón, según

técnicas y guías establecidas o frotando las manos con soluciones de base alcohólica (Alcohol gel), antes y después de cada atención del paciente y cuando crea conveniente.

Artículo 42: Todo paciente con enfermedad infectocontagiosa o con baciloscopía positiva debe ser colocado en una sala de aislados.

Artículo 43: Si es hospitalizado un paciente detenido o encarcelado, debe contar con personal policial de custodia permanente de acuerdo a cada sexo; a quien se le informará sobre los riesgos biológicos que representa el ambiente de hospitalización y la manera de prevenirlos.

Artículo 44: Las camas, sus dispositivos y el resto de mobiliario para la atención el paciente hospitalizado, deben estar en buen estado y ser funcionales; además deben contar con un programa de mantenimiento preventivo.

Artículo 45: Cada ambiente de hospitalización debe presentar lavaderos para el lavado de manos de las personas que ingresan a estos ambientes. Además, estos no serán usados para el lavado de material sucio, el cual debe ser trasladado al tópico de cada área de hospitalización donde debe existir un lavadero independiente para el lavado de los mismos.

Artículo 46: El personal debe utilizar zapatos cerrados, en caso del sexo femenino con taco de base ancha, de altura no mayor de 3 cm.

3. De los procesos en Centro Quirúrgico, sala de cirugía menor, sala de endoscopías-CPRE, sala de cateterismo cardiaco:

Artículo 47: Dada la complejidad de los equipos existentes, las instalaciones eléctricas deben ser a prueba de fuego, cumplir con lo dispuesto en el código nacional de electricidad y contar con extintores de acuerdo a los tipos de incendio que se puedan generar.

Artículo 48: El lavado de manos en sala de operaciones y otros procedimientos asépticos, debe realizarse con agua y detergente antiséptico; previo lavado con agua y jabón o soluciones especiales.

Artículo 49: El personal que se somete a radiación en alguno de estos procedimientos, debe contar con la protección correspondiente (mandil, collarín) y de ser posible, no someterse al riesgo de radiación.

Artículo 50: Estos ambientes de procedimientos especiales, deben contar con un sistema de ventilación, de inyección y extracción de aire con filtro de alta eficiencia.

Artículo 51: La calidad y cantidad de la iluminación debe garantizar y permitir una buena visibilidad, por la complejidad debe contar con lámparas comunes y especiales para realizar los procedimientos quirúrgicos bajo los estándares de iluminación determinados por la norma.

Artículo 52: Debido a la complejidad de los equipos biomédicos deben estar instalados y distribuidos de acuerdo a normas establecidas, en buen estado de funcionamiento, con un programa de mantenimiento preventivo adecuado.

Artículo 53: El personal debe utilizar zapatos cerrados antideslizantes, en caso del sexo femenino con taco de base ancha, de altura no mayor de 3 cm.

Artículo 54: Las áreas rígidas y semirrígidas deben ser respetadas y libres de tránsito. En estas áreas pertenecientes a sala de operaciones, está prohibido el ingreso, consumo y almacenamiento de alimentos.

Artículo 55: Las ventanas y puertas de sala de operaciones deben permanecer cerradas.

4. De los procesos en Central de Esterilización:

Artículo 56: El material quirúrgico utilizado en los servicios usuarios debe ser sometido a prelavado por su personal, quedando sin secreciones ni manchas de sangre ni material punzo cortante.

Artículo 57: La higiene de manos se puede realizar lavando las manos con agua y jabón, según técnicas y guías técnicas y guías establecidas.

Artículo 58: Debe contar con un sistema de ventilación de extracción - eyección de aire con filtro de alta eficiencia.

Artículo 59: Las cargas en los equipos de esterilización deben estar de acuerdo a las normas de ergonomía, con el uso de coches.

Artículo 60: Está prohibido el ingreso, consumo y almacenamiento de alimentos en las áreas de esterilización.

5. De los procesos en Emergencia:

Artículo 61: El personal de emergencia debe utilizar zapatos cerrados antideslizantes, en caso del sexo femenino el zapato será con taco de base ancha y altura no mayor a 3 cm.

Artículo 62: Se debe garantizar una buena ventilación natural o con sistemas de recambio de aire. Se debe evitar el uso de ventiladores mecánicos para evitar la dispersión de partículas en los ambientes.

Artículo 63: Los ambientes de emergencia deben contar con espacio suficiente para el traslado y atención de los pacientes.

Artículo 64: Debe existir una sala de aislamiento temporal para pacientes con sospecha de TBC o enfermedades infecto-contagiosas.

Artículo 65: Cada ambiente debe contar con lavamanos y dispensadores de jabón líquido y papel toalla o alcohol en gel.

Artículo 66: Las zonas de tránsito del personal no deben estar obstaculizadas por sillas de rueda y/o camillas.

Artículo 67: El personal de limpieza es el encargado de los procesos de limpieza y desinfección de los pisos, paredes y ventanas, los cuales deben realizarse según técnicas establecidas.

Artículo 68: El personal de enfermería es el encargado de mantener el orden, limpieza y desinfección de la unidad del paciente; estos procedimientos deben ser realizados según técnicas establecidas.

6. De los procesos en la Unidad de Cuidados Intensivos:

Artículo 69: El personal debe usar zapatos cerrados antideslizantes, en caso del sexo femenino con taco de base ancha y altura no mayor de 3 cm.

Artículo 70: Cuando se realicen procedimientos con Rayos X, los que participan deben contar con los equipos de protección contra radiaciones (mandil de plomo y collarín).

Artículo 71: Debe contar con un sistema de ventilación de Extracción – Eyección de aire con filtro de alta eficiencia.

Artículo 72: Respetar la directiva sanitaria de bioseguridad de separación entre cama y cama de 1.8m; si no existe espacio suficiente, mínimamente debe ser de 1m de distancia, por considerarse de pacientes con ventilación mecánica.

Artículo 73: El personal de limpieza es el encargado de los procesos de limpieza y desinfección de los pisos, paredes y ventanas. Estos procesos deben realizarse según técnicas establecidas.

Artículo 74: El personal de enfermería es el encargado de mantener el orden, limpieza y desinfección de la unidad de paciente, debe ser realizado según técnicas establecidas.

Artículo 75: Está prohibido el ingreso y consumo de alimentos en los ambientes de cuidados intensivos.

Artículo 76: Debe existir un área especial para el lavado de material, bien ventilado y el personal debe utilizar su equipo de protección personal.

Artículo 77: La obtención y el traslado de las muestras al laboratorio debe ser realizado de acuerdo a las normas de bioseguridad.

Artículo 78: La ropa sucia debe ser almacenada fuera del área de cuidados intensivos y el transporte de las mismas debe ser en coches cerrados. La limpieza de estos coches debe hacerse de forma diaria y de acuerdo a norma por el personal de lavandería.

7. De los procesos en Odontoestomatología:

Artículo 79: Al momento de realizar procedimientos odontológicos con luz halógena, todos los participantes deben utilizar lentes protectores, incluido el paciente.

Artículo 80: La limpieza de material quirúrgico utilizado debe realizarse con equipos de protección personal y efectuarse en un ambiente ventilado.

Artículo 81: El personal asistencial utilizará equipos de protección personal (guantes limpios y/o estériles, lentes, mascarilla quirúrgica y gorro) dependiendo de cada tipo de procedimiento.

Artículo 82: Para que el personal pueda utilizar equipos que emiten radiaciones ionizantes, tiene que contar con la licencia individual emitida por el Instituto Peruano de Energía Nuclear (IPEN), ser entrenado sobre protección radiológica y contar con equipos de protección personal (mandil y collarín de plomo).

8. De los procesos en Medicina Física y Rehabilitación:

Artículo 83: Cuando se realizan las terapias de rehabilitación, se debe tener cuidado de mantener posturas adecuadas, evitando sobreesfuerzos.

Artículo 84: Por la complejidad de los equipos biomédicos, deben ser instalados y distribuidos de acuerdo a las normas establecidas, deben estar en buen estado de funcionamiento, con mantenimiento preventivo adecuado documentado.

Artículo 85: Los procedimientos de rehabilitación deben realizarse en espacio suficiente y cómodo para el trabajador, como para el paciente.

Artículo 86: Si hay algún tipo de radiación infrarroja o ultravioleta, el personal debe utilizar gafas de seguridad.

Artículo 87: La ventilación puede ser natural o mecánica que permita una adecuada circulación de aire, para crear mejores condiciones de trabajo.

9. De los procesos en Banco de Sangre:

Artículo 88: Utilizar equipos de protección personal tales como lentes, guantes y mandil en todos los procedimientos de manipulación de sangre o hemoderivados. El personal debe colocarse esta protección al momento de ingresar al área de trabajo y debe retirarse antes de abandonar dicha área, según las normas del PRONAHEBAS.

Artículo 89: El personal que tiene contacto con material biológico debe verificar que la piel de sus manos no presente escoriaciones o daños antes de iniciar su tarea, si lo

tuviera no podrá realizar su trabajo antes de cubrir con material de curación adecuada previa a calzarse los guantes.

Artículo 90: Están completamente prohibidas las técnicas de pipeteo oral; se debe utilizar las pipetas automáticas, con renovación periódica.

Artículo 91: Al momento de extraer la sangre del donante, se deberá utilizar el mobiliario ergonómico regulable.

Artículo 92: Los guantes que se está utilizando están contaminados por lo que no debe manipularse paredes, puertas, mesa, teléfonos, etc.

Artículo 93: Está prohibido el ingreso de bebidas, consumo y almacenamiento de alimentos en las áreas de trabajo de banco de sangre.

10. De los procesos en Laboratorio:

Artículo 94: El personal que tiene contacto con material biológico debe verificar que la piel de sus manos no presente escoriaciones o daños antes de iniciar su tarea, si lo tuviera no podrá realizar su trabajo antes de cubrir con material de curación adecuada previa a la colocación de los guantes.

Artículo 95: Están completamente prohibidas las técnicas de pipeteo oral, se debe utilizar las pipetas automáticas, con renovación periódica.

Artículo 96: Los laboratorios deben estar provistos con sillas ergonómicas: respaldar, asiento regulable y de fácil desinfección, tanto para extraer sangre como para los otros procedimientos que se realizan.

Artículo 97: Los guantes que se están utilizando están contaminados; por lo que NO debe manipularse paredes, puertas, mesa, teléfonos, etc.

Artículo 98: Los procedimientos que se realizan en los laboratorios tienen riesgos de salpicaduras, por lo tanto, el personal debe utilizar guantes y lentes de seguridad en todos los procedimientos que manipulan sangre o hemoderivados.

Artículo 99: Al utilizar sustancias químicas debe usar obligatoriamente el EPP: guantes, respiradores, gafas, mandiles, etc. Apropiados a las sustancias químicas.

Artículo 100: Las cabinas de seguridad son de uso obligatorio en todo cultivo de muestras que implique formación de aerosoles.

Artículo 101: Para medir reactivos o muestras, el personal debe utilizar pipetas ergonómicas y punteras con buena adhesión.

Artículo 102: Nunca destapar la centrífuga ni detenerla con las manos antes que haya terminado de girar. Éstas deben estar en buen funcionamiento y tener programa de mantenimiento preventivo documentado.

Artículo 103: Todo laboratorio debe contar con duchas de emergencia para casos de salpicaduras de sangre, si no hubiera, acudir inmediatamente a la ducha más cercana.

Artículo 104: Todo personal debe utilizar guantes durante la manipulación de patógenos y proceder al lavado de manos después de retirárselos.

Artículo 105: No debe permitirse la acumulación del material de vidrio, rotos o con fisuras a fin de evitar accidentes por cortaduras.

Artículo 106: Todo laboratorio donde se toma muestras genera patógenos en el medio ambiente por lo tanto la ventilación debe garantizar la renovación de aire a una frecuencia 8 a 15 renovaciones/hora; la sala de bioquímica a presión positiva, la sala de anatomía patológica, histología citología y microbiología a presión negativa; estos sistemas de recambio deben contar con monitoreo permanente para el uso de acuerdo a las normas de los filtros HEPA y evitar el sobreuso.

Artículo 107: Si en los procedimientos se utiliza agentes orgánicos, el personal debe utilizar respiradores contra vapores orgánicos y guantes de neopreno. Así mismo guantes resistentes al calor para la preparación de medios de cultivo.

Artículo 108. La jefatura de laboratorio programará y garantizará la capacitación del personal en el manejo de sustancias químicas y otros procedimientos inherentes.

Artículo 109: El laboratorio debe contar con las hojas de seguridad accesibles de las sustancias químicas y medios biológicos para control sistemático de la fecha de expiración de las sustancias químicas, desde su percepción hasta su uso final.

Artículo 110: El laboratorio debe contar con recipientes específicos, no reciclados, debidamente etiquetadas para la distribución de las diferentes sustancias químicas.

Artículo 111: Las superficies de trabajo tienen que ser impermeables y resistentes a los ácidos, álcalis, disolventes orgánicos y al calor moderado.

Artículo 112: El laboratorio debe tener techos, paredes y suelos fáciles de lavar, impermeables al os líquidos y resistentes a la acción de las sustancias químicos y productos desinfectantes que se usan ordinariamente en ellos.

11. De los procesos en Diagnóstico por Imágenes:

Artículo 113: La jefatura del departamento debe contar con el DS 009-97-EM: reglamento de la seguridad radiológica. Hacer de conocimiento del personal a su cargo, haciendo hincapié en el artículo 111 sobre exposición ocupacional de radiaciones.

Artículo 114: El personal que opera equipos que emiten radiaciones ionizantes, debe contar con la licencia individual emitida por el IPEN, asimismo, contar con equipos de protección personal y el entrenamiento sobre protección radiológica.

Artículo 115: Las instalaciones donde existan fuentes radiactivas deben contar con la licencia de autorización vigente, dichas instalaciones y los equipos deben estar en buen estado de funcionamiento, debe estar implementado el programa de mantenimiento preventivo.

Artículo 116: Debe utilizarse respirador N95 sobre todo al estar en contacto con pacientes portadores de patología respiratoria infectocontagiosa.

Artículo 117: El personal que manipula sustancias químicas durante el procedimiento de revelado de películas de Rayos X, debe contar con equipos de protección personal específicas y contar con las Hojas de Seguridad de Materiales (MSDS) de los productos químicos utilizados.

Artículo 118: Se deberá contar con ayuda mecánica (coches) para el transporte de placas radiográficas.

Artículo 119: El empleador deberá dotar de equipos de protección personal radiológica completos para la protección de la radiación ionizantes; con el debido entrenamiento a su personal respecto a su uso. La jefatura debe supervisar y comunicar para que nunca sobrepase el tiempo de vida útil.

Artículo 120: La jefatura debe exigir los resultados de dosimetría a las empresas encargadas e informar oportunamente los resultados a los trabajadores.

Artículo 121: Las salas de ecografía y las áreas de digitación deben estar provistas con sillas ergonómicas y módulos adecuados para el uso de equipos de cómputo.

Artículo 122: Al mover los equipos de Rayos X, asegúrese de usar las técnicas ergonómicas correctas, evitando hiperextensiones, hiperflexión y/o hiperrotación articular, para evitar lesiones por sobrecarga, en caso de embarazadas deben ser reubicadas.

Artículo 123: Se deberá utilizar guantes en la canalización de vía periférica y en la movilización del paciente.

Artículo 124: Todos los ambientes donde existan radiaciones ionizantes deben estar debidamente protegidos y señalizados.

12. De los procesos en Farmacia:

Artículo 125: Al manipular cargas debe asegurarse tener presente las técnicas ergonómicas correctas, evitando hiperextensiones, hiperflexión y/o hiperrotación articular, para evitar lesiones por sobrecarga. Así mismo, durante la ejecución de estas tareas debe usarse equipos de protección personal (guantes, mascarilla, lentes) y realizar limpieza para la eliminación de partículas de polvo en la superficie de las cargas.

Artículo 126: Se debe contar con ventilación natural o mecánica que permita una adecuada circulación de aire.

Artículo 127: Los agentes citostáticos deben prepararse en cabinas de flujo laminar vertical del tipo IIB con extracción de aire al exterior a través de un ducto. El personal

utilizará mascarilla con filtro para agentes químicos, gafas, guantes de látex, gorro y mandil impermeable manga larga y puños ajustados.

Artículo 128: Para la preparación de fórmulas magistrales utilizar guantes estériles.

Artículo 129: Los anaqueles de exposición de medicamentos deben ser fijados a la pared a 20 cm sobre el piso, contar con banda de seguridad para impedir su deslizamiento o caída.

Artículo 130: Está prohibido el ingreso de bebidas, consumo y almacenamiento de alimentos en las áreas de trabajo.

Artículo 131: Debe contar con un lavamanos y dispensador de jabón líquido, papel toalla y/o alcohol gel.

Artículo 132: Se deberá evitar el congestionamiento de pacientes mediante el mejoramiento de los procesos de atención, debiendo ser éstos revisados periódicamente.

13. De los procesos en Unidad de Hemodiálisis:

Artículo 133: Todo trabajador de la unidad de hemodiálisis deberá contar con inmunización frente a Hepatitis B, verificando su protección con la vacuna a través del dosaje cuantitativo de anticuerpos contra el antígeno de superficie (>10 UI).

Artículo 134: El personal que labore en esta unidad deberá recibir capacitaciones constantes sobre bioseguridad y riesgos laborales haciendo hincapié en para esta área en particular.

Artículo 135: El personal debe utilizar su equipo de protección personal para el cuidado de los pacientes o cuando se toque o manipule la unidad del paciente de acuerdo a normas de bioseguridad.

Artículo 136: Los artículos tomados dentro de la estación de hemodiálisis deben ser segregados de acuerdo a la norma de residuos sólidos y dedicados para el uso exclusivo de un solo paciente. En su defecto, deben ser limpiados y desinfectados al ser tomados de un área limpia común o luego de haber sido empleados en otro paciente.

Artículo 137: La manipulación y almacenamiento de los cilindros de oxígeno se realizará utilizando coches diseñados para ese fin, con sus respectivos dispositivos de aseguramiento (correas, cadenas, collares) y evitando choques violentos.

A.3. DE LAS CONSIDERACIONES EN LOS PROCESOS ADMINISTRATIVOS

Artículo 138: Organizar las superficies de trabajo (escritorios, mesas, módulos de cómputo, equipos médicos) para que pueda disponer de una manera cómoda y segura su equipo; así como otros elementos de trabajo en relación a la ergonomía.

Artículo 139: Con relación a los útiles, equipos de trabajo y materiales en general, se debe tener en consideración lo siguiente:

a. Colocar los implementos de trabajo que utiliza con mayor frecuencia al alcance de las manos.

b. No colocar materiales u objetos en la parte superior de armarios, archivadores o muebles, donde sea difícil alcanzarlos o sea un factor de riesgo.

c. No ubicar cajas, papelerías u otro tipo de elemento debajo de los escritorios o mesas de trabajo, puesto que esta situación limita el acercamiento al plano de trabajo e incrementa la fatiga física.

d. Mantener en el escritorio o mesa de trabajo solamente lo indispensable para realizar las actividades.

Artículo 140: Asegurar que el plano de trabajo no esté a un nivel demasiado alto o demasiado bajo. La altura del escritorio o del tablero de la mesa debe permitir el suficiente espacio para acomodar las piernas, de modo que facilite los ajustes de la postura para el trabajador sentado; a la vez que también permite un ángulo de 90° a 100° para el codo. Se debe contar con mobiliario ergonómico en las áreas de trabajo.

Artículo 141: No debe utilizarse calentadores eléctricos de agua en los puestos de trabajo; éstos podrán ser utilizados sólo en las áreas destinadas para cafeterías o en áreas exclusivas dentro de oficinas autorizadas para ello, lejos de materiales combustibles tales como cortinas, papeles, etc. Deberán utilizarse calentadores de

diseño reciente que estén equipados con interruptores que automáticamente se apagan.

Artículo 142: Mantener las zonas de tránsito (pasillos dentro de oficinas, corredores, áreas comunes, vías de evacuación) libres de obstáculos (cajas, papeles, cables sueltos, equipos en desuso, etc.).

Artículo 143: Mantener los cajones de escritorios, archivadores, armarios, etc., siempre cerrados a fin de evitar golpes o caídas del personal.

Artículo 144: Evitar ingerir alimentos y bebidas en oficinas de trabajo y cerca de equipos electrónicos.

Artículo 145: Los ventiladores que sean utilizados en las áreas de trabajo no deben ser un riesgo para la salud.

Artículo 146: Las áreas de trabajo deberán mantenerse limpias y ordenadas. Los residuos sólidos deberán ser colocados en los recipientes correspondientes, haciendo un buen acondicionamiento y segregación al momento de generarlos.

Artículo 147: No sobrecargar los tomacorrientes utilizando enchufes múltiples u otros dispositivos eléctricos y de acuerdo a norma de electricidad.

Artículo 148: Al terminar la tarea diaria, dejar apagadas y desconectadas las computadoras, ventiladores, radios y todo aquello que funcione con energía eléctrica.

Artículo 149: Usar el pasamanos siempre que transite por una escalera. No correr en las escaleras ni los pasadizos.

Artículo 150: No debe utilizarse los ascensores en caso de sismo o incendios.

Artículo 151: Durante el uso de computadoras, el personal deberá tener en cuenta lo siguiente:

a. Colocar el monitor frente al trabajador, sin que su cabeza tenga que dar giros laterales. La parte superior de los monitores deben estar a la altura de la vista de los usuarios.

b. Evitar reflejos de la luz sobre la pantalla del monitor mediante los siguientes procedimientos:

- ✓ Disponer la pantalla de forma vertical para que no refleje los puntos de luz o los fluorescentes de techo.
- ✓ Colocar la pantalla en dirección paralela a las ventanas con la finalidad de evitar el reflejo sobre la misma y que la luz que entra del exterior incida directamente sobre los ojos.

c. Mantener una postura de sentado, que permita comodidad en el trabajo.

- ✓ La zona lumbar debe quedar cómodamente apoyada.
- ✓ La distancia entre el ojo y la pantalla no debe ser menos de 45 cm. Lubricar los ojos periódicamente con pausas activas visuales.

d. Durante el trabajo pueden producirse molestias en la cabeza, brazos y columna vertebral como resultado de posturas excesivamente estáticas y a veces forzadas, para lo cual se recomienda interrumpir el trabajo brevemente de forma periódica y realizar pausas activas durante 5 minutos. Para este fin deberá existir un programa de pausas activas conducido por un líder en cada oficina quien se asegurará que se cumpla con estas pausas durante el horario de trabajo.

B. EN LAS INSTALACIONES, ÁREAS DE TRABAJO Y EDIFICIOS EN GENERAL:

Artículo 152: El personal debe estar informado, capacitado y enterado en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo con respecto a las instalaciones, áreas de trabajo y edificios del Hospital Regional Docente de Cajamarca; para lo cual, debe incluirse estos temas en el Programa Anual de Capacitación.

Artículo 153: Todos los accidentes de trabajo, incidentes y condiciones peligrosas derivadas de estas instalaciones, deben ser comunicadas al jefe inmediato y al Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, a fin de que se tomen las medidas correspondientes.

Artículo 154: En las unidades orgánicas asistenciales como: Diagnóstico por Imágenes, Centro Quirúrgico, Unidad de Cuidados Intensivos, Unidad de Banco de Sangre, Unidad de Hemodiálisis, Servicios de Hospitalización, etc.; deben contar con normas específicas sobre Seguridad y Salud en el Trabajo de sus instalaciones, que

amplíen lo planteado en el presente Reglamento, las cuales deberán ser de conocimiento de todos los trabajadores de dichas unidades.

Artículo 155: Todas las áreas deberán reunir los requisitos de seguridad establecidos en el Reglamento Nacional de Edificaciones y Reglamento de Seguridad Industrial.

B.1. HIGIENE EN LOS AMBIENTES DE TRABAJO

1. DE LOS LOCALES:

a. Iluminación:

Artículo 156: Las áreas de trabajo deberán contar con la iluminación adecuada para el desarrollo de las actividades. Cuando la iluminación natural no es suficiente, se proveerá de luz artificial de acuerdo a las normas con un mínimo de luces de conformidad al ambiente o actividad que desarrolle.

Artículo 157: Utilizar al máximo la luz natural que ingresa a través de ventanales, los cuales deben permanecer limpios y libres de obstáculos. Regule el ingreso excesivo de luz mediante persianas o cortinas en áreas administrativas. Deben utilizarse micas protectoras o lunas bloqueadoras de luz en áreas asistenciales.

Artículo 158: Las luminarias deberán suministrar una distribución uniforme, llevarán protectores o pantallas difusoras para evitar el deslumbramiento.

Artículo 159: Emplear colores claros para las paredes y techos cuando se requieran mayores niveles de iluminación; estos permiten un ambiente mejor iluminado sin aumentar el número de lámparas.

Artículo 160: No utilizar materiales o pinturas cuyos acabados causen reflejos o brillos (pared blanca brillante, metal, plástico o cristal), a fin de prevenir el deslumbramiento molesto.

Artículo 161: Realizar un mantenimiento preventivo de las luminarias de forma periódica.

b. Condiciones ambientales:

Artículo 162: La temperatura en todas las instalaciones del Hospital se mantendrá durante las horas de labor a un nivel que no sea perjudicial para la salud de los

trabajadores ya sea por medios naturales o artificiales, debiendo evitarse el estrés térmico.

Artículo 163: En los locales de trabajo cerrados, se mantendrán por medios naturales y/o artificiales, condiciones atmosféricas adecuadas para evitar el insuficiente suministro de aire, el aire viciado y las corrientes dañinas.

Artículo 164: Climatizar el ambiente de acuerdo a cada área de trabajo.

Artículo 165: En los ambientes donde se usa el aire acondicionado, el mantenimiento preventivo (cambios de filtro, limpieza, etc.) debe ser efectuado 2 veces al año.

Artículo 166: Se debe contar con línea a tierra, sobre todo en los ambientes con equipos médicos. Además, deberá considerarse su mantenimiento periódico incluido el mantenimiento de los pozos a tierra.

Artículo 167: En las áreas de trabajo donde se sobrepasa el ruido de 85 decibeles, deberán hacer uso de protectores auriculares.

Artículo 168: Evitar los ruidos innecesarios, sobre todo en las áreas de trabajo.

Artículo 169: En los ambientes donde se cuenten con sistema de aire acondicionado tipo inyección y extracción de aire debe tener mantenimiento permanente, sobre todo en las áreas de mayor aforo: consulta externa, emergencia, etc.

c. Limpieza del Lugar de Trabajo:

Artículo 170: El personal de limpieza colocará letreros de advertencia en las zonas en donde se está realizando las actividades de limpieza.

Artículo 171: La limpieza de rutina, general o mantenimiento y desinfección terminal de las áreas de trabajo se realizarán de acuerdo a la clasificación de zonas de riesgo y se efectuará periódicamente o cuando se encuentren visiblemente sucios o contaminados; teniendo en cuenta paredes, techos, lunas de ventanas, pisos, etc.

Artículo 172: El personal de limpieza realizará su labor utilizando los equipos de protección personal correspondiente como: guantes, calzado, antideslizante y cerrado, ropa de trabajo, máscara que serán proporcionados por la Empresa Contratista.

Artículo 173: El calzado del personal debe ser de tipo cerrado, antideslizante y de acuerdo al área de trabajo.

Artículo 174: Está terminantemente prohibido el barrido en seco; siempre se procederá al arrastre húmedo utilizando mopas, trapeadores, etc.

Artículo 175: Está prohibido arrojar residuos al suelo.

Artículo 176: Los residuos biocontaminados, especiales y comunes, serán dispuestos en recipientes que cumplan con las normas de manejo de residuos sólidos hospitalarios.

Artículo 177: Establecer un orden para el inicio de actividades de limpieza a fin de no contaminar áreas que no lo estaban.

Artículo 178: La limpieza se realizará recorriendo el área en zigzag no se debe pasar dos veces el mismo lugar e iniciar de arriba hacia abajo: primero techo, luego paredes y puertas; finalmente los suelos.

Artículo 179: Al terminar la labor de limpieza, es necesario lavar muy bien los guantes y desinfectarlos o desecharlos si es necesario, y deben renovarse rutinariamente.

2. DE LA RED DE AGUA Y DESAGÜE:

Artículo 180: El hospital garantizará el suministro de agua potable, para ser utilizado tanto en la limpieza y aseo de sus trabajadores.

Artículo 181: Los desagües son dispuestos a la red pública, pero deberán recibir un tratamiento previo.

Artículo 182: El hospital contará o se proveerá del suministro de agua de la red pública, pozo tubular, cisternas y tanques elevados, los cuales deberán estar debidamente vigilados, conservados y protegidos contra los peligros de contaminación para prevenir a los trabajadores de enfermedades infectocontagiosas; debiendo efectuarse periódicamente los análisis correspondientes. Los tanques, por lo menos deberán limpiarse y desinfectarse semestralmente. Deberá existir un plan de mantenimiento para los mismos.

Artículo 183: La oficina de saneamiento ambiental deberá realizar el control de calidad de agua en forma trimestral.

Artículo 184: Se vigilará que el agua presente las cualidades mínimas que permitan el buen funcionamiento de los equipos hospitalarios; principalmente aquellos que se utilizan en Central de Esterilización, Laboratorio o el área de nutrición.

Artículo 185: El área de Servicios Generales debe realizar el mantenimiento de las instalaciones de agua y desagüe en todas las áreas.

B.2. HIGIENE DEL PERSONAL

1. Servicios Higiénicos:

Artículo 186: El Hospital dotará de Servicios Higiénicos adecuados y separados para cada sexo.

Artículo 187: Los servicios higiénicos se mantendrán permanentemente limpios y desinfectados.

Artículo 188: Deberán contar con dispensador y papel toalla, así como dispensador y jabón para lavado de manos.

Artículo 189: Se proveerá de servicios higiénicos diferenciados (retretes, urinarios) adecuados en cantidad suficiente y accesibles a los trabajadores. Un inodoro por cada 25 hombres y uno por cada 15 mujeres. Si se cuentan con duchas se recomienda una ducha por cada diez trabajadores.

2. VESTIDORES:

Artículo 190: Se dispondrá de vestidores adecuados y en cantidades suficientes, debidamente aseados, lavados y desinfectados, con pisos antideslizantes; los cuales deben tener una iluminación apropiada y con suficiente espacio para el número de usuarios en el momento de su uso.

Artículo 191: El personal debe tener una ropa de trabajo (uniforme) que sólo será usado dentro del establecimiento y de ninguna manera fuera de él. Además, para áreas como el quirófano y otras áreas restringidas, el personal debe contar con

vestimenta especial que sólo debe ser utilizado en dichas áreas y de ninguna manera en otros ambientes del establecimiento.

3. Ambiente de Comedor:

Artículo 192: El hospital dotará de un ambiente adecuado, ventilado e iluminado, provisto de mobiliario, para ser utilizado como comedor por los trabajadores.

Artículo 193: El comedor se instalará debidamente distanciado de las áreas operativas e insalubres. Las cocinas dispondrán de agua potable y lavaderos para la limpieza de los utensilios y vajillas.

VIII. ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES RELACIONADAS

A. SERVICIO DE NUTRICIÓN:

1. Preparación de Alimentos:

Artículo 194: Mantener en forma permanente el orden y la limpieza en los ambientes de cocina y servido de alimentos.

Artículo 195: Utilizar accesorios de cocina (cuchillos, sartenes, ollas, recipientes y demás utensilios), en buen estado de conservación y adecuados para la preparación de los alimentos.

Artículo 196: El personal debe usar equipos de protección personal (guantes domésticos, gorro, mascarilla). Es necesario que el personal use manoplas aislantes del calor para la manipulación de objetos calientes.

Artículo 197: Los balones de gas, válvulas y mangueras deben mantenerse en buen estado de conservación y en ambientes ventilados; así mismo, contar con las medidas de protección.

Artículo 198: En el ambiente de cocina debe mantenerse un extintor "clase K" de 20 lb. de capacidad. El personal debe saber utilizar el extintor en caso de amago de incendio.

2. Del ambiente del Comedor:

Artículo 199: Se dotará de un ambiente adecuado, ventilado e iluminado, provisto de mobiliario, para ser utilizado como comedor por los trabajadores.

Artículo 200: El comedor debe contar con un lavamanos, papel toalla y jabón líquido para lavado social.

Artículo 201: La cocina y el comedor deben contar con un nivel mínimo de iluminación de 250 lux sobre el plano de trabajo.

Artículo 202: El ambiente se mantendrá limpio, desinfectado y libre de plagas.

Artículo 203: Todo trabajador hará uso correcto de la ropa de trabajo en los ambientes de comedor.

B. UNIDAD DE SANEAMIENTO AMBIENTAL:

1. Manejo y tratamiento de Residuos Sólidos y Líquidos:

Artículo 204: Todos los servicios deben estar debidamente acondicionados, contar con tachos para residuos sólidos, bolsas negras, rojas y amarillas; según el tipo de residuos comunes, biocontaminados y especiales respectivamente de acuerdo a la N.T. N° 096-MINSA/OGA-V01.

Artículo 205: Todo servicio debe contar con recipientes para residuos punzocortantes, respetando el límite del llenado (3/4 partes de su capacidad).

Artículo 206: Las sustancias químicas utilizadas como fijadores y reveladores de placas de rayos X, deberán ser almacenadas en sus contenedores originales o en otros contenedores de 04 galones.

Artículo 207: Nunca trasvasar ni reusar las bolsas de residuos sólidos, evitando presionarlas y ponerlas en contacto con el cuerpo. El personal debe utilizar las técnicas adecuadas de manipulación de cargas.

Artículo 208: El transporte interno de los residuos sólidos debe ser realizado en coches cerrados, cumpliendo con la ruta y horario establecido según el plan de manejo de residuos sólidos del Hospital Regional Docente de Cajamarca y según la

norma técnica de Procedimientos para el Manejo de Residuos Sólidos Hospitalarios N.T. N° 096-2012/MINSA/OGA-V01.

Artículo 209: El Hospital debe contar con un lugar o ambiente para el almacenamiento central o final de los residuos generados en el mismo.

Artículo 210: El personal encargado del transporte interno de los residuos sólidos, deberá contar con los equipos de protección personal necesarios para sus labores.

Artículo 211: Durante el transporte de las bolsas de residuos sólidos, estos no deberán pegarse al cuerpo con la finalidad de evitar lesionarse por residuos punzo cortantes presentes en las bolsas recolectoras.

Artículo 212: Deberá realizarse la vigilancia de lo recolección externa y disposición final de los residuos del Hospital.

Artículo 213: Los residuos sólidos no deben permanecer almacenados durante más de un turno en el almacenamiento intermedio, ni más de 24 horas en el almacenamiento final.

Artículo 214: Para cumplir con la gestión del manejo de residuos sólidos, todo trabajador independiente de su condición laboral, deberá cumplir con una buena segregación y almacenamiento primario de los residuos; de esta manera, se disminuyen los riesgos y costos en las demás etapas de almacenamiento de residuos.

2. Eliminación de Vectores:

Artículo 215: Las actividades de eliminación de vectores se harán de acuerdo al Programa de Desinsectación, Desratización y Desinfección del Hospital.

Artículo 216: Las actividades de eliminación de vectores se realizará de acuerdo a la programación establecida y nunca en horarios de trabajo.

Artículo 217: El personal que ejecuta las labores de eliminación de vectores, debe contar con el equipo de protección personal adecuado para la labor.

Artículo 218: Todos los productos químicos utilizados para la eliminación de vectores, deberán estar debidamente etiquetados y contar con su respectiva Hoja de Seguridad, la cual deberá ser de conocimiento de todo el personal.

3. Vigilancia de la calidad de agua:

Artículo 219: La vigilancia de la calidad de agua se hará de acuerdo al Reglamento de la Calidad de Agua para consumo humano: DS N° 031-2010 SA.

Artículo 220: Se deberá realizar mensualmente inspecciones a los reservorios de agua.

Artículo 221: Se realizará la limpieza y desinfección de tanques elevados, 2 veces al año y de las cisternas 2 veces al año.

Artículo 222: Se debe realizar la vigilancia de cloro residual en el agua de consumo, 1 vez al mes.

Artículo 223: Se debe realizar mínimo 1 vez al año el análisis microbiológico y físico-químico, en coordinación con DIRESA.

Artículo 224: El hospital velará por el suficiente suministro y dotación de agua potable. El agua deberá reunir las condiciones fijadas por las autoridades sanitarias, así como las recomendadas para el correcto funcionamiento de los equipos hospitalarios con la finalidad de evitar su deterioro. Así mismo, su potabilidad debe controlarse periódicamente.

C. LAVANDERIA:

1. De la segregación y almacenamiento de la ropa hospitalaria en los servicios:

Artículo 225: El personal técnico de enfermería deberá separar la ropa hospitalaria en los servicios, de acuerdo a la siguiente clasificación:

a. Ropa altamente contaminada: Aquella ropa sucia con sangre y otras secreciones corporales y la de pacientes con enfermedades infectocontagiosas.

b. Ropa contaminada: Aquella ropa sucia que no contiene manchas de sangre u otras secreciones corporales, ni que proceda de pacientes con enfermedades infectocontagiosas.

Artículo 226: Para el manejo de la ropa altamente contaminada, el personal debe estar entrenado y contar con los equipos de protección personal.

Artículo 227: La ropa altamente contaminada y la contaminada deberá ser colocada en bolsas grandes de polietileno de color rojo.

Artículo 228: El personal deberá retirar la ropa de cama sin agitarla ni apoyarla en el suelo o en su uniforme. Si es apoyada en un mueble, este debe ser limpiado y desinfectado una vez retirada la ropa.

Artículo 229: Se contará con recipientes con tapa con bolsa de acuerdo a la clasificación en cada ambiente del servicio donde se genera la ropa contaminada y altamente contaminada.

Artículo 230: Cada servicio o área deberá tener un lugar apropiado para el almacenamiento intermedio de la ropa contaminada y altamente contaminada. Estos lugares deben ser cerrados, de pared lavable, protegidos de insectos y permanecer limpios.

Artículo 231: La ropa contaminada y altamente contaminada debe permanecer almacenada el menor tiempo posible.

Artículo 232: La ropa contaminada de cargo será entregada al personal de lavandería en el servicio donde se generó y por ningún motivo el personal técnico de enfermería deberá transportar la ropa sucia a la lavandería.

2. Recolección y transporte de la ropa contaminada y altamente contaminada:

Artículo 233: El personal de lavandería debe trasladar la ropa contaminada embolsada desde los servicios hacia la lavandería, en contenedor con tapa.

Artículo 234: La ropa contaminada y altamente contaminada deberá ser transportada en coches cubiertos e identificados que deben ser empleados exclusivamente para este fin, esta ropa será depositada en bolsas rojas las cuales no deben ser arrastradas ni depositadas en el piso.

Artículo 235: Toda bolsa de polietileno con ropa contaminada y altamente contaminada deberá ser cerrada torciendo su abertura y amarrada.

Artículo 236: La ruta y los horarios de transporte de la ropa contaminada y altamente contaminada deberán ser establecidos por el responsable del área de lavandería,

teniendo en cuenta el menor recorrido, en horas y zonas de menor tránsito de personas, sin provocar ruidos, evitando las coincidencias con flujo de personas, ropa limpia y alimentos.

Artículo 237: Los coches de transporte deben ser limpiados, lavados y desinfectados después de cada uso al terminar el transporte de la ropa contaminada y altamente contaminada en cada turno, por el personal de lavandería.

Artículo 238: El personal de lavandería que se encarga de seleccionar la ropa contaminada y altamente contaminada deberá de contabilizar y almacenar por separado las bolsas usadas (rojas) para su posterior y adecuada eliminación.

Artículo 239: Es obligatorio el uso de equipos de protección personal de acuerdo a cada área de trabajo.

3. Lavado y Planchado:

Artículo 240: El área de recepción de la ropa en la lavandería dispondrá de ambientes señalizados para cada tipo de ropa, adicionalmente la ventilación natural o artificial debe ser suficiente para esta actividad.

Artículo 241: En el proceso de lavado y centrifugado, el personal debe utilizar respiradores para polvos químicos, guantes y botas de PVC, con suela antideslizante.

Artículo 242: El área de lavado debe disponer de un sistema de ventilación adecuado, e implementarse el mantenimiento preventivo y sostenido en el sistema de drenaje del área de lavado.

Artículo 243: Se prohíbe comer y beber en todas las áreas de trabajo de lavandería.

Artículo 244: Durante las labores de planchado se debe disponer de pausas activas cada 2 horas para cambiar de postura y evitar lesiones a la columna; además utilizar técnicas de manipulación de cargas.

Artículo 245: En la zona de planchado debe disponer de dispensadores de agua y el personal debe contar con ropa de trabajo ligera, de preferencia de algodón.

Artículo 246: Mantener niveles de iluminación de acuerdo al puesto de trabajo y tarea visual en las diferentes áreas de lavandería. R.M. N° 375-2008-TR.

D. ARCHIVO DE HISTORIAS CLÍNICAS Y PLACAS DE RAYOS X

Artículo 247: Durante las labores de almacenamiento, distribución y manipulación de historias clínicas, el personal debe utilizar equipos de protección personal que incluya guantes, mascarilla y guardapolvo.

Artículo 248: Los ambientes de archivo de historias clínicas deben contar con un sistema de ventilación adecuado.

Artículo 249: La carga y transporte interno de historias clínicas, se debe realizar utilizando las técnicas ergonómicas de manipulación de cargas. RM 375-2008-TR.

Artículo 250: Los corredores entre los estantes donde se almacenan las historias clínicas, deben tener un ancho mínimo de 60 cm. Los estantes deben estar fijos al piso y al techo o a la pared, para evitar su caída.

Artículo 251: Se debe contar con mesas para colocar las historias clínicas que se retiran de los estantes. Los fólderes de las historias clínicas deben estar provistos de acofaster no cortantes.

Artículo 252: El ambiente de archivo de historias clínicas debe contar con la cantidad necesaria de extintores para fuegos clase ABC. Los cuales deben estar colocados a la entrada y en la parte central.

Artículo 253: Está prohibido fumar o ingerir alimentos dentro de los ambientes de trabajo.

Artículo 254: Deben mantenerse las instalaciones eléctricas en buen estado de conservación, tomacorrientes no sobrecargados y cables entubados.

E. UNIDAD DE MANTENIMIENTO Y SERVICIOS GENERALES:

1. Área de mantenimiento:

Artículo 255: Todos los talleres de mantenimiento y reparación de equipos, instrumentos, etc. deben mantenerse ordenados y limpios; con iluminación suficiente para el trabajo a realizar y con sus instalaciones eléctricas en buen estado.

Artículo 256: Cuando se realice el mantenimiento de cualquier equipo o máquina del Hospital, se deberá dejar en la puerta del ambiente un aviso que indique el motivo.

Artículo 257: Se deberá utilizar los manuales o instructivos de seguridad de cada equipo.

Artículo 258: Cuando el Hospital adquiera equipos nuevos, deberá proporcionar información y capacitación al personal sobre la instalación, adecuada utilización y mantenimiento preventivo de los mismos.

2. Área de transportes:

Artículo 259: El personal que labora en esta área deberá tener la licencia de conducir de acuerdo al vehículo que conduce, conocer y cumplir con las leyes y reglamentaciones de tránsito vigentes; así mismo, deberá tener capacitación en temas de seguridad.

Artículo 260: El trabajador de esta área deberá asegurarse que los pasajeros y ocupantes del vehículo usen su cinturón de seguridad.

Artículo 261: El personal deberá constatar antes de conducir el vehículo, si éste se encuentra en buenas condiciones relacionadas con frenos, combustible, herramientas y equipos de seguridad; así mismo, asegurarse que lleve consigo su licencia de conducir, tarjeta de propiedad, lentes correctores si los usa; y que el botiquín del vehículo tenga medicamentos de primeros auxilios.

Artículo 262: Deberá apagar el motor del vehículo al proveerse de combustible.

Artículo 263: No conducir bajo los efectos del alcohol y/o drogas.

Artículo 264: No confiar el manejo del vehículo a personas no autorizadas.

Artículo 265: Debe asegurarse que los vehículos a utilizar tengan Revisión Técnica dos veces al año.

Artículo 266: Todos los vehículos deben contar con SOAT.

Artículo 267: La playa de estacionamiento debe tener señalización e iluminación adecuadas.

3. Área de vigilancia:

Artículo 268: El personal que presta servicio de vigilancia, deberá portar su equipo de protección personal y cumplir con estar debidamente uniformado (chaleco o casaca). Así mismo, portar su identificación.

Artículo 269: El personal de vigilancia no debe ingresar a servicios de alto riesgo sin el permiso del Jefe de Servicio.

4. Trabajos de altura:

Artículo 270: Los trabajos de altura de 1.80 metros o más, requerirán del uso de arnés y plataformas de un espesor de 2 pulgadas, con un ancho mínimo de 60 cm, con una resistencia de factor de seguridad de 4 (tiene que resistir 4 veces el peso). Norma G50 de seguridad durante la construcción.

Artículo 271: Las escaleras deben colocarse en un lugar nivelado y estable, con un ángulo de inclinación según la siguiente relación: base inferior separada a una distancia de ¼ de la longitud de las escaleras; así mismo, la parte superior de la escalera debe sobrepasar en 1 metro de lugar a donde se quiere llegar.

Artículo 272: Subir siempre de frente a la escalera, en caso de llevar objetos en una mano, pegar el cuerpo lo más que se pueda a la escalera durante la subida.

Artículo 273: Los andamios deben estar nivelados y todas sus partes bien ajustadas; aquellos andamios que tengan 10 o más metros de altura, deben asegurarse a la estructura.

Artículo 274: Durante los trabajos en andamios, el personal debe utilizar el equipo de protección contra las caídas: arnés completo de 1 sola vida de anclaje.

5. Trabajos de soldadura:

Artículo 275: Durante los trabajos de soldadura eléctrica, el personal debe utilizar equipos de protección personal.

Artículo 276: Antes de iniciar cualquier trabajo de soldadura, verificar que no haya presencia de material inflamable cerca, verificar que las conexiones eléctricas del

equipo de soldar se encuentren en buen estado de mantenimiento, verificar que haya buena ventilación.

Artículo 277: Utilizar mamparas de separación de puestos de trabajo para proteger al resto de los operarios.

Artículo 278:El ambiente de trabajo debe estar adecuadamente ventilado y con sistemas de extracción de aire.

6. Trabajos de pintado:

Artículo 279: Durante los trabajos de pintado con pistola, el personal debe contar con su equipo de protección personal.

Artículo 280: No realizar labores de pintado con pistola cerca de fuentes de calor.

Artículo 281: Usar mascarilla con filtro para agentes químicos, y gafas.

Artículo 282: Realizar trabajos de pintado en lugares ventilados y abiertos; de preferencia usar pinturas sin plomo.

7. Trabajos de instalaciones eléctricas:

Artículo 283: Todas las instalaciones eléctricas y equipos estarán instalados y conservados de manera que prevenga el peligro de contacto con los elementos a tensión y el riesgo de incendio.

Artículo 284: Se evitará en lo posible efectuar instalaciones eléctricas provisionales, para evitar la sobrecarga de energía en el área, las que en todo caso se instalarán en forma definitiva en la brevedad posible.

Artículo 285: Los conductores eléctricos susceptibles de deteriorarse deberán estar empotrados y protegidos con una cubierta de caucho duro u otro material equivalente.

Artículo 286: El material para todos los equipos eléctricos se seleccionará con relación a la tensión de trabajo, la carga y todas las condiciones particulares de su utilización.

Artículo 287: Cuando se lleven a cabo reparaciones estructurales, extensiones o trabajo de pintado de los ambientes del Hospital, se adoptará las medidas necesarias para la protección.

Artículo 288: Sólo podrá obtenerse energía eléctrica de toma corrientes, empleándose para tal fin enchufes adecuados, sólidos y aislados; quedando terminantemente prohibido efectuar conexiones directamente de los tableros de distribución, llaves generales y/o emplear alambres sueltos para dichas conexiones.

Artículo 289: Para trabajos eléctricos de cualquier índole, sólo se utilizarán alicates, destornilladores, saca fusibles y demás herramientas manuales similares, que se encuentren debidamente aisladas.

Artículo 290: Para toda actividad se tendrá que utilizar los equipos de protección personal.

8. **Trabajos de Gasfitería:**

9. **Artículo 291**: Durante los trabajos de gasfitería, el personal debe usar sus equipos de protección personal: guantes industriales, gafas o lentes de seguridad, mameluco, botas de jebe, respiradores y el EPP que se use de acuerdo al área solicitante.

Artículo 292: Los trabajos que se realicen en todas las áreas deberán realizarse considerando las normas básicas de bioseguridad y teniendo cuidado de no contaminar el ambiente que solicita el servicio.

10. **Trabajos del Área Biomédica:**

Artículo 293: Durante los trabajos de inspección y evaluación de los equipos, el personal portará los equipos de protección personal de acuerdo a las normas y protocolos de cada área solicitante.

Artículo 294: Durante los trabajos de mantenimiento preventivo y reparación de equipos, estos se realizarán de acuerdo a las fichas técnicas y hojas de seguridad de cada equipo teniendo en cuenta el área de trabajo el cual será de fácil acceso.

IX. ESTÁNDARES DE CONTROL DE LOS PELIGROS EXISTENTES Y RIESGOS EVALUADOS.

El área de Salud ocupacional, llevará cuadros estadísticos de los incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales que ocurran en el HRDC y donde estén afectados los trabajadores, con la finalidad de tener un registro actualizado para poder tomar medidas preventivas y correctivas así como la realización de campañas informativas y educativas, mediante charlas y talleres, presenciales y/o video conferencias, trípticos informativos, sobre los accidentes, incidentes y/o enfermedades ocupacionales.

A. RIESGOS EVALUADOS:

1. Mapa de Riesgos:

Artículo 295: El Mapa de Riesgos es la representación gráfica del nivel de exposición (bajo, mediano o alto) a través de símbolo de uso general o adaptados, de acuerdo a la información recopilada de archivos y los resultados de las mediciones de los factores de riesgos presentes, con el cual se facilita el control y seguimiento de los mismos, mediante la implantación de programas de prevención, el cual debe ser realizado por cada servicio. La periodicidad de la formulación del mapa estará en función del tiempo estimado para el cumplimiento de las propuestas de mejoras, situaciones críticas, de la suficiente documentación, modificaciones en los procesos, nuevas tecnologías, entre otros.

Artículo 296: El Mapa de Riesgos se actualizará de forma periódica o cada vez que se produzcan cambios en las instalaciones, equipos o en el procedimiento de trabajo.

2. Medidas de prevención y protección:

Artículo 297: Las medidas de prevención y protección deben aplicarse en el siguiente orden de prioridad:

a. Eliminación de los peligros y control de riesgos

b. Tratamiento, control o aislamiento de los peligros y riesgos, adoptando medidas técnicas o administrativas.

c. Minimizar los peligros y riesgos, adoptando sistemas de trabajo seguro que incluyan disposiciones administrativas de control.

d. En el último caso facilitar equipos de protección personal adecuada, asegurándose que los trabajadores los utilicen y conserven en forma correcta.

3. Evaluación de riesgos:

Artículo 298: La identificación de peligros y evaluación de riesgos se hará como sigue:

a. Por lo menos actualizados de forma periódica de acuerdo al área.

b. Cuando cambien las condiciones del trabajo.

c. Cuando se haya producido daños a la salud y la seguridad.

d. Se implementarán equipos de medición en el medio ambiente para monitoreo, los cuales van a reportar información importante para la implementación, seguimiento y mejora del presente Reglamento.

Artículo 299: Cuando la evaluación de riesgos lo amerite se realizará:

a. Controles periódicos de la salud de los trabajadores y de las condiciones de trabajo de acuerdo a cada área de trabajo.

b. Medidas de prevención, incluidas las relacionadas con los métodos de trabajo y de producción.

Artículo 300: La evaluación de riesgos se hará de:

a. Accidentes de trabajo: caídas al mismo nivel y a diferente nivel, golpes contra objetos, heridas punzocortantes, electrocución, traumatismos por aplastamiento y golpes, quemaduras, exposición a agentes químicos perjudiciales para la salud, traumatismo y quemaduras por explosión y/o según listado de accidentes.

b. Enfermedades Profesionales de acuerdo a la Norma Técnica de Salud que establece el listado de Enfermedades Profesionales NTS N° 068-MINSA/DGSP-V.1; aprobado con RM N° 480-2008/MINSA del 14 de julio del 2008.

B. ESTÁNDARES DE CONTROL DE PELIGROS EXISTENTES:

1. Manipulación de material punzocortante:

Artículo 301: A fin de prevenir y reducir los riesgos de accidentes por manipulación de material punzocortante, se debe tener en cuenta:

a. Nunca recolocar el capuchón de las agujas y similares luego de ser utilizadas.

b. Segregar el material punzocortante en el recipiente rígido.

c. Los recipientes para residuos punzo-cortantes deben ser rígidos, fabricados en material impermeable, resistentes, con tapa de cierre hermético y rotulados con el símbolo de bioseguridad.

d. Optimizar los procedimientos en los que se utilice material punzo-cortante, a fin de reducir la generación de estos residuos.

2. Manipulación de pacientes:

Artículo 302: La movilización de pacientes se debe realizar considerando lo siguiente:

a. Utilizando técnicas de mecánica corporal: mantener la espalda siempre recta, mantener las piernas separadas y con las rodillas flexionadas cuando se requiera cargar o mover al paciente.

b. En la medida de lo posible, utilizar ayudas mecánicas para movilizar al paciente.

c. Cuando se trate de pasar un paciente de una camilla a otra, mínimo se deberá realizar entre dos o más personas según sea el caso.

Artículo 304: A fin de prevenir daños a la columna por posturas prolongadas, el personal debe realizar pausas activas en el lugar de trabajo de forma periódica (se recomienda por lo menos cada dos horas).

Artículo 305: Utilizar equipos de protección personal cuando exista la posibilidad de salpicaduras de sangre y secreciones durante la atención del paciente.

Artículo 306: Es obligatorio el uso de respirador de alta eficiencia N95 en la atención de pacientes sintomáticos respiratorios o positivos para TBC.

Artículo 307: Realizar higiene de manos teniendo en cuenta los 5 momentos y la duración recomendada para los mismos.

3. Ventilación hospitalaria:

Artículo 308: Todos los ambientes serán dotados de ventilación natural o mecánica de acuerdo a cada área de trabajo, por medio de ventanas que den al aire libre, con un área libre de ventilación, no menor a un veinteavo (1/20) de la superficie del piso de la habitación; o en caso contrario, mediante un sistema mecánico de ventilación (NT EM 030. Instalaciones de ventilación).

Artículo 309: Las renovaciones de aire por hora serán las siguientes:

a. Emergencia: 5 a 12 renovaciones/hora presión positiva y un índice elevado de aire exterior.
b. Sala de operaciones: 5 a 20 renovaciones de aire/hora con aire exterior al 100% a presión positiva.
c. Sala de Cuidados Intensivos: 2 a 6 renovaciones/hora.
d. Sala de hospitalización: 2 a 12 renovaciones/hora
e. Sala de aislamiento: 2 a 12 renovaciones/hora a presión negativa.
f. Salas de Diagnóstico por Imagen: 3 a 15 renovaciones/hora.
g. Salas de laboratorio: 8 a 15 renovaciones/hora (sala de bioquímica a presión positiva) (Sala de anatomía patológica, histología, citología, microbiología a presión negativa).
h. Sala de esterilización central: 2 a 10 renovaciones/hora a presión negativa excepto sala limpia y almacén que es a presión positiva). NT EM 030.

4. Pisos y flujos de circulación:

Artículo 310: Todos los pisos deben ser antideslizantes.

Artículo 311: Los pisos deben mantenerse en buen estado de conservación sin desniveles ni agujeros.

Artículo 312: Se deben evitar en los posibles que los pisos se encuentren resbalosos durante las horas de trabajo. Se deben colocar carteles de advertencia durante las labores de limpieza y encerado de los pisos y escaleras.

Artículo 313: El personal no debe correr por los pasadizos y escaleras a fin de prevenir caídas al mismo o a diferente nivel.

Artículo 314: Se debe evitar colocar cera a los ambientes al aire libre, rampas y escaleras.

Artículo 315: Según los flujos de circulación externa, se considerará los ingresos y salidas independientes para visitantes, pacientes, persona, materiales y servicios hacia las unidades de Emergencia, Consulta Externa, Hospitalización, Servicios Generales y también la salida de cadáveres.

Artículo 316: Los flujos de circulación interna debe considerar:

a. Protección del tráfico en las unidades como Centro Quirúrgico, Centro Obstétrico, Unidad de Terapia Intensiva, Neonatología y Emergencia.
b. Evitar el entrecruzamiento entre la zona limpia y sucia.
c. Evitar el cruce con pacientes hospitalizados, externos y visitantes.

Artículo 317: Los pasajes de circulación deberán tener las siguientes características:

a. Para pacientes ambulatorios un ancho mínimo de 2.20 metros.
b. Los corredores externos y auxiliares destinados al uso exclusivo del personal de servicio y/o de cargas debe tener un ancho de 1.20 metros.
c. Los corredores dentro de una unidad deben tener un ancho de 1.80 metros.

Artículo 318: La circulación vertical de pacientes a las unidades de hospitalización se hará mediante escaleras, rampas y ascensores.

a. Escaleras:

- ✓ Las escaleras de uso general tendrán un ancho mínimo de 1.80 metros entre parámetros y pasamanos a ambos lados.

- ✓ En las unidades de hospitalización, la distancia entre la última puerta del cuarto de pacientes y la escalera no debe ser mayor de 25 metros.
- ✓ Las escaleras de Servicio y de Emergencia tendrán un ancho mínimo de 1.50 metros entre parámetros y tendrá pasamanos a ambos lados.
- ✓ El paso de la escalera debe tener una profundidad entre 0.28 y 0.30 m y el contrapaso entre 0.16 y 0.17 m.

b. Rampas:

- ✓ Las rampas deberán tener un ancho mínimo de 1.20 m.
- ✓ Bordes laterales de 0.05 metros de altura.
- ✓ Deberán existir dos pasamanos a diferente altura, el primer pasamanos se colocará a 90 cm y el segundo pasamanos a 75 cm del nivel de piso terminado.
- ✓ La longitud no será mayor de 6 metros y la pendiente máxima de 1/12 (8.33%).

c. Ascensores:

- ✓ Deberán estar ubicados cerca al ingreso principal.
- ✓ La puerta deberá abrir un ancho mínimo de 1 metros.
- ✓ Las barandas interiores estarán colocadas a 75 cm y 90 cm de altura en tres lados.
- ✓ Todo ascensor debe tener la señalización "no usar en caso de emergencia". Debe tener su plan de reparación y mantenimiento al día.

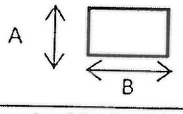
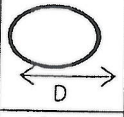
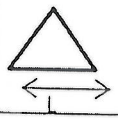
5. Señalización y rotulación:

Artículo 319: El objeto de las señales de seguridad será el hacer conocer con rapidez, la posibilidad de accidente, el tipo de accidente y también la existencia de circunstancias particulares.

Artículo 320: Las señales de seguridad serán tan grandes como el reglamento indica y su tamaño será congruente con el lugar en que se colocan o el tamaño de los objetos, dispositivos o materiales a los cuales se fijan. En todos los casos, el símbolo de seguridad debe ser identificado desde una distancia segura. NT de salud N° 037-

MINSA/OGDN – V.01 Norma Técnica de Salud para Señalización de Seguridad de los Establecimientos de Salud y Servicios Médicos de Apoyo.

Artículo 321: Las dimensiones de las señales de seguridad serán las siguientes:

Distancia de	DIMENSIONES (Cm)			Tamaño de letras
				Dimensiones mínimas
5 metros	A = 20 B = 30	I D =18	L = 18	4 cm.
10 metros	A = 30 B = 50	II D =26	L = 25	6 cm.
12 metros	A = 40 B = 60	II D =32	L = 25	8 cm.
15 metros	A = 50 B = 80	II D =38	L = 30	10 cm.
A= Altura B= Base D= Diámetro L= lado				

Artículo 322: Los colores y símbolos en las señales de seguridad se aplicarán como sigue:

a. Las señales de advertencia tendrán un color de fondo amarillo, la banda triangular será negra, el símbolo de seguridad será negro, el borde de color amarillo o blanco, y estará ubicado en el centro. El color amarillo cubrirá como mínimo el 50% de área de la señal.

b. Las señales de emergencia y evacuación, las de evacuación deben tener forma geométrica de cuadrado o rectángulo y deben tener los siguientes colores: fondo verde, símbolo blanco, de borde blanco, el color verde debe cubrir al menos el 50% de la superficie de la señal.

c. Las señales de obligatoriedad tendrán un color de fondo azul, la banda circular será blanca, el símbolo de seguridad será blanco y estará ubicado en el centro, el color azul cubrirá como mínimo el 50% del área de la señal. Toda señal de obligación puede complementarse con un texto fuera de sus límites.

d. Las señales de prohibición serán de color de fondo blanco; la corona circular y la barra oblicua serán rojas; el símbolo de seguridad será negro y se ubicará al

centro y no se supondrá a la barra oblicua. El color rojo cubrirá como mínimo el 35% del área de la señal.

e. Las señales informativas se realizarán en equipos de seguridad en general, rutas de escape, etc. Las formas de las señales informativas serán cuadradas o rectangulares, según convengan a la ubicación del símbolo de seguridad o el texto. El símbolo de seguridad será blanco, el color de fondo será verde, el color verde cubrirá como mínimo el 50% del área de la señal.

6. Ruidos y Vibraciones:

Artículo 323: El Hospital Regional Docente de Cajamarca deberá efectuar acciones referidas al diagnóstico, identificación, tipos de ruido, personal expuesto, ciclos de trabajo, tipos de instrumentos que se deben utilizar referidos al ruido al que está expuesto el trabajador.

Artículo 324: El área de Salud Ocupacional del Hospital, deberá coordinar la ejecución de pruebas de audiometría a los trabajadores que están expuestos directamente al nivel máximo de ruido.

Artículo 325: El Hospital dotará de protectores auditivos al personal que está sujeto directamente al ruido de equipos y máquinas.

Artículo 326: Las máquinas y equipos que produzcan ruido y vibraciones en los centros de trabajo deberían evaluarse periódicamente para verificar si están por encima del límite permisible, a fin de evitar la ocurrencia de las enfermedades profesionales.

Artículo 327: Los ruidos y vibraciones se evitarán o reducirán en lo posible en su foco de origen, tratando de aminorar su propagación en los locales de trabajo.

Artículo 328: Las máquinas y equipos que son fuentes generadoras de ruido, el Hospital se encargará de la evaluación técnica y posterior aislamiento o encerramiento de la máquina.

Artículo 329: El nivel máximo de exposición establecido para el ruido equivalente en una jornada de ocho horas es de 85 decibeles.

7. Radiaciones electromagnéticas:

Artículo 330: En caso que el trabajador realice tareas en áreas en las que existe radiación electromagnética, el Hospital realizará los estudios correspondientes, y adoptará medidas que protejan la salud de los trabajadores.

Artículo 331: Los trabajadores expuestos a peligros de radiación serán informados previamente por personal competente sobre los riesgos que su labor implica para su salud, las precauciones que deben adoptar, el significado de las señales de seguridad o sistemas de alarma, los métodos de trabajo que ofrezcan mayor seguridad, el uso adecuado de las prendas y medios de protección persona y la importancia de someterse a exámenes médicos periódicos y a las prescripciones médicas.

8. Instalaciones eléctricas:

Artículo 332: Los cables de energía eléctrica, de teléfono o internet deben colocarse junto a las paredes, evitando en lo posible que crucen zonas de tránsito.

Artículo 333: No sobrecargar los tomacorrientes utilizando enchufes múltiples y otros dispositivos eléctricos.

Artículo 334: Todos los tableros eléctricos deben estar debidamente señalizados, cerrados, con circuito de protección a tierra y en buen estado de conservación.

Artículo 335: Todo cableado eléctrico debe estar entubado o con canaletas.

Artículo 336: Toda instalación debe ser periódicamente verificada por personal calificado. Así mismo deberá contar con un plan de mantenimiento.

Artículo 337: Cuando se trabaje cerca de las líneas o equipos energizados, los trabajadores deberán evitar usar artículos metálicos expuestos.

Artículo 338: Los trabajadores cuyos deberes requieren el desempeño de su labor en las proximidades de equipos o líneas energizadas, deberán ejecutar sólo aquellas tareas para las cuales han sido capacitados, equipados y autorizados. Los trabajadores que no tengan experiencia deberán:

a. Trabajar bajo la dirección de un trabajador experimentado y calificado en el lugar de la obra y,

b. Ejecutar sólo tareas dirigidas.

En caso que un trabajador tenga dudas acerca de la ejecución segura de cualquier tarea asignada, deberá solicitar instrucciones al supervisor o al trabajador encargado. En caso de persistir la duda, deberá detener la ejecución de la tarea.

Artículo 339: Los trabajadores que por lo general no laboren en las proximidades de las líneas y equipos de suministro eléctrico, pero cuyo trabajo los lleve a ingresar a estas áreas para realizar ciertas tareas, deberán proceder con este trabajo sólo si es que son supervisados por una persona calificada.

Artículo 340: Los trabajadores deberán informar de inmediato a su jefe inmediato lo siguiente: Defectos de la línea o equipo tales como cables anormalmente flojos, aisladores rotos, objetos accidentalmente energizados tales como tuberías, conductos, artefactos de iluminación o retenidas, muretes o paredes.

9. Iluminación y niveles de iluminación:

Artículo 341: Los centros de trabajo deberán contar con la iluminación adecuada para el desarrollo de las actividades. Cuando la iluminación natural no es suficiente, se proveerá de luz artificial de acuerdo a las normas con un mínimo de luces de conformidad al ambiente o actividad que desarrolle.

Artículo 342: En todos los lugares de tránsito de trabajo habrá iluminación de tipo natural, artificial o mixta apropiada a las actividades que dentro del sistema ejecuta el Hospital. De preferencia se empleará la iluminación natural y se intensificará con iluminación artificial en las máquinas, escaleras, salidas de urgencia y lugares asistenciales.

Artículo 343: Utilizar al máximo la luz natural que ingresa a través de ventanales, los cuales deben permanecer limpios y libres de obstáculos. Regule el ingreso excesivo de luz mediante persianas o cortinas en áreas administrativas; debiendo utilizarse micas protectoras o luna bloqueadora de luz en salas de hospitalización.

Artículo 344: Las luminarias deberán suministrar una distribución uniforme, llevarán rejillas o pantallas difusoras para evitar el deslumbramiento.

Artículo 345: Emplear colores claros para las paredes y techos cuando se requieran mayores niveles de iluminación, estos permiten un ambiente mejor iluminado sin aumentar el número de lámparas.

Artículo 346: Combinar la luz natural con la artificial para mejorar las condiciones de iluminación en el puesto de trabajo.

Artículo 347: No se utilizará materiales o pinturas cuyos acabados causen reflejos o brillos, a fin de prevenir el deslumbramiento molesto.

Artículo 348 Las instalaciones de las áreas asistenciales deberán contar con iluminación natural o artificial que garantice el desempeño de las actividades que se desarrollarán en ellas:

a. Corredores o pasillos en la noche: ..... 200 lux
b. Salas de hospitalización: ..... 150 lux
c. Sala de cuidados intensivos: ..... 750 lux
d. Sala de operaciones:
   - ✓ Sala de preparación:..... 500 lux
   - ✓ Alumbrado general: ..... 1000 lux
   - ✓ Mesa de operaciones: .....100 000 lux
e. Laboratorios y farmacias: ..... 750 lux
f. Consultorios: ..... 500 lux

Artículo 349: Las oficinas administrativas deberán contar con iluminación natural o artificial que garantice el desempeño de las actividades que se desarrollarán en ellas.

a. Áreas de trabajo en oficinas: ..... 250 lux
b. Pasillos:..... 150 lux
c. Estacionamiento:..... 30 lux
d. Ascensores: ..... 100 lux
e. Servicios higiénicos:..... 75 lux

X. PROCEDIMIENTO EN CASO DE ACCIDENTES E INCIDENTES DE TRABAJO:

A. ACCIDENTES DE TRABAJO:

1. Definición:

Artículo 350: Se considera accidente de trabajo a toda lesión orgánica o funcional que en forma violenta o repentina sufren los trabajadores, debido a causas externas a la víctima o al esfuerzo realizado por ésta y que origine una reducción temporal o permanente en su capacidad de trabajo o produzca su fallecimiento.

Artículo 351: Así mismo, se considera accidente de trabajo:

a. El que sobrevenga al trabajador en la ejecución de órdenes del empleador, aún fuera del lugar y las horas de trabajo.

b. El que sobrevenga antes, durante y en las interrupciones del trabajo, si el trabajador se hallase por razón de sus obligaciones laborales, en el lugar de trabajo de los locales de la institución.

c. El que sobrevenga por acción de terceras personas, o por acción del empleador o de otro trabajador durante la ejecución del trabajo.

2. Causalidad de los accidentes:

Artículo 352: Se consideran actos subestándares a las omisiones o faltas a un método de trabajo establecido por parte del trabajador. Dentro de estos casos se tomarán en cuenta, entro otros:

a. Errores en la manipulación de equipos, herramientas, materiales y sustancias químicas peligrosas.

b. No utilizar los equipos de protección personal o utilizar en forma inadecuada.

c. No aplicación de técnicas de movilización de pacientes.

d. Reencapsular o reencapuchar agujas o similares.

Artículo 353: Dentro de las condiciones subestandares se tomarán en cuenta entre otras cosas:

a. Instalaciones, muebles, equipos e instrumental defectuosos sin mantenimiento.

b. Diseños inadecuados del puesto de trabajo.

c. Falta de ventilación.

d. Falta de dispositivos de seguridad en los equipos.

3. Reporte de accidentes e incidentes:

Artículo 354: Respecto a la notificación de accidentes e incidentes:

a. Todo incidente o accidente de trabajo por más leve que este sea, deberá ser informado a la brevedad posible al jefe inmediato, el cual comunicará al área de Salud Ocupacional o al área de Epidemiología (en caso se trate de un accidente con exposición a fluidos corporales), quienes a su vez harán de conocimiento al Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo del Hospital.

b. El médico del área de Salud Ocupacional y de Epidemiología llenará el formato "Aviso de accidentes de trabajo".

c. El registro de incidentes lo realizará el encargado de Salud Ocupacional y del Servicio donde ocurrió el incidente/accidente, mediante un informe especifico y detallado del caso, con la finalidad de investigar la causalidad e implementar acciones correctivas.

d. En caso de diagnosticarse una enfermedad ocupacional o accidente, se informa al área de Salud Ocupacional y Epidemiología para que notifique a la DISA Cajamarca de forma inmediata.

4. Investigación de accidentes:

Artículo 355: El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, deberá realizar una investigación cuando se hayan producido daños a la salud del trabajador o cuando aparezcan indicios que las medidas de prevención resultan insuficientes, a fin de detectar las causas y tomar las medidas correctivas al respecto. Independientemente la Unidad Orgánica efectuará las investigaciones del caso, conjuntamente con el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo. Toda investigación de accidentes deberá comprender:

a. Descripción de lo sucedido.

b. Reunión de la información pertinente (hechos, testigos)

c. Determinación de las causas (actos y condiciones sub estándar)

d. Análisis de los hechos

e. Conclusiones

f. Recomendaciones correctivas (a corto y/o largo plazo).

g. Llenado del formato de investigación de accidentes.

Artículo 356: Durante la investigación del accidente de trabajo, las enfermedades ocupacionales e incidentes, ya sea por parte de la autoridad competente o por otros organismos autorizados, estarán presentes tanto los representantes del equipo de gestión, como del Comité de acuerdo a la gravedad del caso y de forma paritaria.

5. Estadísticas de accidentes de trabajo:

Artículo 357: Las estadísticas de los accidentes de trabajo que ocurran en el Hospital servirán para evaluar la efectividad de los programas de seguridad trazados; así como para planificar las futuras actividades.

Artículo 358: Los indicadores de siniestralidad evaluados serán los siguientes:

a. Índice de incidencia (II):

Expresa la cantidad de casos notificados por el hecho o en ocasión del trabajo en un periodo de 01 (un) año, por cada mil trabajadores cubiertos:

$$II = \frac{Casos\ notificados}{Trabajadores\ cubiertos} x1000$$

b. Índices de gravedad:

Los índices de gravedad calculados son dos, no excluyentes, pero sí complementarios:


PRESIDENTE



- Índice de pérdida (IP):

  El índice de pérdida refleja la cantidad de jornadas no trabajadas en el año, por cada mil trabajadores cubiertos:

$$IP = \frac{Jornadas\ no\ trabajadas}{Trabajadores\ cubiertos} x1000$$

- Duración media de las bajas (B):

  La duración media de las bajas indica la cantidad de jornadas no trabajadas, en promedio, por cada trabajador damnificado, incluyendo solamente aquellos con baja laboral:

$$B = \frac{Jornadas\ no\ trabajadas}{Trabajadores\ damnificados\ con\ baja\ laboral}$$

c. Índice de incidencia en fallecidos

Expresa la cantidad de trabajadores damnificados que fallecen por el hecho o en ocasión del trabajo en un periodo de un año, por cada un millón de trabajadores cubiertos, en ese mismo periodo:

$$IM = \frac{Trabajadores\ fallecidos}{Trabajadores\ cubiertos} x1\ 000\ 000$$

d. Índice de letalidad:

Expresa la cantidad de trabajadores fallecidos según el total de casos encontrados en los mismos por cada 100 000 hallazgos.

$$IL = \frac{Trabajadores\ fallecidos}{Cantidad\ de\ casos\ totales} 100\,000$$

B. ENFERMEDADES OCUPACIONALES Y VIGILANCIA DE LA SALUD DEL TRABAJADOR:

Artículo 359: La vigilancia de la salud del trabajador será un proceso continuo y tendrá como objetivo monitorizar el efecto de los factores de riesgo ocupacionales en la salud de los trabajadores del Hospital Regional Docente de Cajamarca.

Artículo 360: Son objeto de vigilancia, las enfermedades ocupacionales, las cuales son contraídas por el trabajador como resultado de la exposición a los factores de riesgo como: agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos y psicosociales inherentes a la actividad laboral.

Artículo 361: Todo trabajador deberá cumplir con un examen médico ocupacional una vez al año como mínimo, según la programación del Servicio de Salud Ocupacional.

Artículo 362: Todo postulante a un puesto de trabajo por primera vez o trabajador promovido a un nuevo puesto de trabajo deberá contar con un examen médico de ingreso en forma obligatoria.

Artículo 363: Todo trabajador y/o personal rotante, internos y alumnos, deberán estar inmunizados contra la Hepatitis B, coronavirus, vacuna contra la influenza, varicela y tétanos salvo alguna contraindicación médica y previo consentimiento informado.

Artículo 364: Con respecto al trabajo de las mujeres gestantes o en periodo de lactancia:

a. Las mujeres trabajadoras en periodo de gestación o lactancia, no deberán exponerse a riesgos que afecten su salud o que puedan ocasionar el desarrollo normal del feto o del recién nacido, derivado de exposiciones a agentes físico, químicos, biológicos y/o disergonómicos.

b. Las trabajadoras deberán comunicar a la institución inmediatamente sobre su estado de gestación, para que se puedan tomar las medidas preventivas necesarias en cada uno de los casos.

c. Las mujeres gestantes o en periodo de lactancia están prohibidas de cargar pesos mayores de 5 Kg.

d. Las mujeres gestantes o en periodo de lactancia no deberán exponerse a cambios bruscos de temperatura.

XI. PREPARACIÓN Y RESPUESTA PARA CASOS DE EMERGENCIAS

A. REGLAS GENERALES

Artículo 365: Las actividades de preparación y mitigación para casos de epidemias, emergencias y desastres se coordinarán con el Centro de Operaciones de Emergencias y Desastres (COE) del Hospital Regional Docente de Cajamarca y se llevarán a cabo de acuerdo al Plan de Respuesta Hospitalaria del Hospital Regional de Cajamarca aprobado según Resolución Directoral N° 233-2017-GR-CAJ-DRDS-HRC-DE.

Artículo 366: La organización interna corresponderá a cada servicio. Ante la ocurrencia de una situación calificada de emergencia, las medidas y acciones que se deberán adoptar dependerán de:

a. La naturaleza y magnitud del evento.

b. La oportunidad para reaccionar de manera adecuada.

c. Los medios disponibles para hacerle frente.

Artículo 367: En caso de ocurrir un incendio, al personal le corresponde:

a. Dar la voz de alarma

b. Despejar el área donde se produce el incendio

c. Cortar el fluido eléctrico

d. Si el humo avanza, abandonar el lugar. En caso de ser el humo denso, arrojarse al piso y avanzar a gatas.

e. Brindar las facilidades para la actuación de los brigadistas; ellos sabrán qué hacer hasta que lleguen los bomberos.

Artículo 368: En caso de producirse un sismo, al personal le corresponde:

a. Mantener la calma y controlar el pánico.

b. Alejarse de las ventanas y puertas de vidrio.

c. Prepararse para evacuar el lugar de manera ordenada, respetando las prioridades y orden de salida.

d. No correr, caminar a paso firme y no detenerse hasta llegar a la zona de seguridad externa.

Artículo 369: En caso de producirse un accidente de trabajo, la prioridad será brindar auxilio al accidentado, tarea que deben ejecutar los brigadistas. Al personal general le corresponde:

a. Dar la voz de alarma

b. Proteger al accidentado

c. Si hubiera pérdida del conocimiento, tratar de acomodar al accidentado, para que este pueda respirar; aflojar la corbata u otra prenda a nivel del cuello.

d. Si hubiera pérdida de sangre, presionar directamente sobre la herida con un paño limpio.

e. Evitar mover al accidentado a menos de estar seguro de no agravar su condición.

B. ANTE INCENDIOS

1. Prevención contra incendios:

Artículo 370: Frente a incendios, se deberá tener en cuenta las consideraciones generales siguientes:

a. Evitar que se produzcan incendios mediante su prevención.

b. Mantener su área de trabajo limpia, ordenada y en lo posible libre de materiales combustibles y líquidos inflamables.

c. No obstruir las puertas, vías de acceso o pasadizos, con materiales que puedan dificultar la libre circulación de las personas.

d. Informar a su superior, sobre cualquier equipo eléctrico defectuoso.

e. Familiarizarse con la ubicación y forma de uso de los extintores y grifos contra incendios a través de capacitaciones permanentes.

f. En caso de incendio de equipos eléctricos, desconectar el fluido eléctrico. No usar agua ni extintores que lo contengan si no se ha cortado la energía eléctrica.

g. En caso de amagos de incendio, la operación de emplear un extintor dura muy poco tiempo; por consiguiente, se debe utilizar bien acercándose lo más que se pueda a la fuente de fuego, dirigir el chorro a la base de las llamas sin desperdiciar su contenido.

h. Obedecer los avisos de seguridad y familiarizarse con los principios fundamentales de primeros auxilios.

Artículo 371: Instrucciones generales en caso de incendio:

a. Cuando se detecta un incendio, se debe actuar de inmediato y sin perder la calma.

b. Dar el aviso del incendio inmediatamente al jefe de servicio y/o jefe de guardia, a la oficina de Servicios Generales y vigilancia.

c. Todo trabajador que se encuentra en el lugar del incendio deberá está entrenado para usar el equipo extintor apropiado, y procederá a utilizarlo.

2. **Protección contra incendios:**

a. Condiciones generales:

Artículo 372: Ante la presencia de fuego deberá considerarse que éste es una oxidación rápida de un material combustible que produce desprendimiento de luz y calor; pudiendo iniciarse por la interacción de tres elementos: oxígenos, combustible y calor. Por lo tanto, para su prevención debe recordarse que la ausencia de uno de los elementos mencionados evitará que se inicie el fuego.

Artículo 373: Los incendios se clasifican de acuerdo con el tipo de materiales combustibles sólidos, tales como:

✓ Incendio clase A: son fuegos que se producen en materiales combustibles sólidos tales como: madera, papel, cartón, tela, etc.

- ✓ Incendio clase B: son fuegos producidos por líquidos inflamables tales como gasolina, aceite, pintura solvente, etc.
- ✓ Incendio clase C: Son fuegos producidos en equipos eléctricos como motores, interruptores, tableros eléctricos, etc.

Artículo 374: Cualquier trabajador que detecte un amago de incendio o un incendio, procederá de la forma siguiente:

- ✓ Dar alarma interna y externa.
- ✓ Comunicar a los integrantes de la brigada de emergencias y desastres.
- ✓ Seguir las indicaciones de la brigada.
- ✓ Evacuar el área de manera ordenada, con dirección a la puerta de salida más cercana.

b. Abastecimiento de agua y equipo:

Artículo 375: En el uso y equipo para abastecimiento de agua se deberá cumplir con lo siguiente:

- ✓ Se asegurará un abastecimiento de agua adecuado a presión mínima de 60 libras, en caso de incendio de materiales combustibles ordinarios Clase A.
- ✓ Las bombas para incendios estarán situadas y protegidas de tal modo que no se interrumpa su funcionamiento cuando se produzca un incendio.
- ✓ Los grifos contra incendios deberán ser de fácil acceso y estarán conservados y mantenidos en buenas condiciones de funcionamiento.
- ✓ En los incendios tipo B y C, no se usará agua para extinguirlos, debiéndose usar otros medios de extinción adecuados.

c. Extintores portátiles:

Artículo 376: En el uso de extintores portátiles se tendrá en cuenta lo siguiente:

- ✓ Se dotará de extintores de incendios adecuados al tipo de incendio que pueda ocurrir, considerando la naturaleza de los procesos y operaciones.

- ✓ Los aparatos portátiles contra incendios serán inspeccionados por lo menos una vez por mes y serán recargados cuando se venza su tiempo de vigencia o se utilicen, se gaste o no toda la carga.
- ✓ Todos los extintores se colocarán en lugares visibles, de fácil acceso, los que pesen menos de 18 Kg se colgarán a una altura máxima de 1.50m medidos del suelo a la parte superior del extintor.
- ✓ Cuando ocurran incendios que implican equipos eléctricos, los extintores para combatirlos serán de polvo químico seco, en caso que el incendio sea en lugares donde hay computadoras, área de laboratorio u otros equipos, se utilizarán los extintores de gas carbónico (CO_2) para su extinción.

C. ANTE SISMOS

1. Instrucciones generales en caso de movimientos sísmicos

Artículo 378: Mantener la calma y controlar el pánico.

Artículo 379: Durante el movimiento en las áreas de trabajo, protegerse junto a un escritorio, columna, mesa o zona de seguridad.

Artículo 380: Alejarse de las ventanas y puertas de vidrio. Mantenerse listo para evacuar.

Artículo 381: Tener calma y orientar a los usuarios, al personal visitante que está atendiendo para que se dirijan a los puntos de seguridad y reunión.

Artículo 382: Pasado el sismo, la evacuación es automática; se debe realizar de acuerdo a las instrucciones de los responsables de la evacuación, dirigiéndose al punto de reunión. Si el trabajador se percata de alguna persona herida, deberá informar a la brigadista.

2. Instrucciones generales para la evacuación

Artículo 383: Dada la orden de evacuación, la movilización hacia el punto de reunión asignado comenzará en orden, sin correr ni gritar.

Artículo 384: Deberá mantenerse la calma y obedecer las instrucciones de los responsables de la evacuación de acuerdo al Plan de Evacuación.

Artículo 385: Obedecer la voz de mando de quien conduce la evacuación. No empujar ni dar indicaciones o realizar comentarios que puedan ocasionar incertidumbre, confusión o temor al resto.

Artículo 386: Deberá evitarse el pánico en todo momento.

Artículo 387: Al evacuar, tener cuidado de objetos que puedan caer o encontrarse en la ruta.

Artículo 388: Si un evacuante cae, deberá tratar de levantarse inmediatamente para no provocar más caídas y amontonamientos; quienes se hallen cerca, deberán ayudar a levantarlo rápidamente.

Artículo 389: Al llegar al punto de reunión (área de evacuación) cada oficina o área se constituirá en orden para verificar si todos se encuentran presentes.

Artículo 390: Si en los momentos de evacuación se encuentra a usuarios, indicarles la ruta y acciones a seguir para su rápida evacuación, al punto de reunión.

D. ANTE INUNDACIONES Y DESLIZAMIENTOS

1. Medidas preventivas antes del huaico:

Artículo 391: El Hospital Regional de Cajamarca y sus construcciones anexas deben estar construidas en lugares donde no han ocurrido anteriormente inundaciones ni deslizamientos, evitando localizarse en pendientes o en zonas de terreno inestables e inundables.

Artículo 392: Se deberá considerar la posibilidad de sembrar árboles para proporcionar estabilidad al suelo, en caso sea factible.

Artículo 393: En coordinación con el COE del Hospital, se deberá establecer un sistema de vigilancia y alerta en base a alarmas.

Artículo 394: Se deberá identificar zonas de seguridad en lugares altos y rutas de evacuación junto con el COE. Así mismo, se comprobará periódicamente el sistema de drenaje según plan de mantenimiento anual.

2. **Durante las inundaciones y deslizamientos:**

Artículo 395: Se deberá conservar la calma en todo momento. Teniendo cuidado de prestar atención a la alarma establecida.

Artículo 396: Acudir a los lugares de emergencia en zonas altas y alejadas de las fuentes de inundación o deslizamiento, según plan de evacuación.

Artículo 397: Identificar trabajadores heridos o atrapados y comunicar al equipo de rescate del Hospital.

Artículo 398: Se deberá evitar caminar por la zona en donde ocurrió la inundación o deslizamiento.

E. ANTE SITUACIONES RIESGOSAS NO CONTROLABLES

Artículo 399: Se declararán situaciones de emergencia en las instalaciones del Hospital ante situaciones riesgosas que no son posibles de controlar o se han salido de control de la brigada de emergencias u otras formas de organización interna, y que ponga en riesgo la seguridad y salud del personal:

a. Incendios que han evolucionado desfavorablemente.

b. Desplome de edificaciones o estructuras.

El Comité de Emergencias y Desastres ante esta situación, realizará las acciones pertinentes, de acuerdo a su Plan de Emergencias.

1. **Mecanismo de Alerta:**

Artículo400: El hospital contará con servicios de comunicación:

a. Directorio telefónico de instituciones especializadas.

b. Medio de comunicación: Telefónico, celular, radial, electrónico.

2. **Equipo de Respuesta:**

Artículo 401: El hospital mantiene los siguientes organismos internos:

a. El Comité de Emergencias y Desastres.

b. Brigadas de emergencia.

c. Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

3. **Comunicación ante una emergencia:**

Artículo 402: El Hospital mantendrá un directorio telefónico actualizado de ambulancias, otros hospitales, policía nacional, vigilancia ciudadana, defensa civil y bomberos.

F. PRIMEROS AUXILIOS

1. **Generalidades:**

Artículo 403: Los primeros auxilios son los cuidados que se le presta a una persona que ha sido herida o repentinamente afectada por alguna enfermedad o lesión; con el propósito de disminuir su sufrimiento, prevenir lesiones mayores y hasta salvarle la vida mientras se consigue ayuda del médico o su traslado al área de emergencia.

2. **Reglas generales:**

Artículo 404: Cuando se presente la necesidad de tratar un caso de emergencia, siga estas reglas básicas:

a. Evitar el pánico y NO actuar en forma precipitada.

b. A no ser que la colocación de la víctima lo exponga a lesiones adicionales, deben evitarse los cambios de posición hasta que se determine la naturaleza del proceso.

c. Hacer una evaluación cuidadosa de la víctima.

d. Si se requiere acción inmediata para salvar una vida (RCP, control hemorrágico, etc.) aplicar el tratamiento adecuado sin demora.

e. Avisar a un médico o trasladar al trabajador herido a emergencia.

3. **Procedimiento:**

a. Shock

Artículo 405: Se procederá a seguir las siguientes reglas básicas en caso se presente un shock.

- ✓ Colocar al trabajador en posición cómoda. Colocar la cabeza más baja que el resto del cuerpo.
- ✓ Constatar que la boca esté libre de cuerpos extraños y que la lengua esté hacia delante.
- ✓ Soltar vestimentas apretadas en el cuello, pecho o cintura.
- ✓ Tratar de conservar el calor del cuerpo, abrigando al paciente.

b. Heridas con hemorragias:

Artículo 406: Seguir el siguiente procedimiento:

- ✓ Presionar en forma directa, estable y firme sobre la herida, con un apósito o tela limpia.
- ✓ Presionar 5 cm por encima de la herida si esta fuera amputación o mientras lo trasladan a la emergencia.
- ✓ Acostar al trabajador herido y tratar de mantenerlo abrigado.
- ✓ Elevar la extremidad donde se encuentra la herida.
- ✓ Avisar al brigadista o personal médico y conducir al área de emergencia al accidentado.

c. Fracturas:

Artículo 407: El trabajador que presta servicios de primeros auxilios deberá seguir el siguiente procedimiento:

- ✓ Inmovilizar la parte lesionada para evitar que los extremos del hueso roto se desplacen y trasladarlo cuidadosamente a la emergencia.
- ✓ En caso de fracturas de espalda, cuello, brazo o pierna, no se deberá mover al trabajador y se deberá coordinar con el servicio de emergencia para su traslado.
- ✓ Si existiera alguna duda sobre el tipo de lesión, ésta deberá tratarse como si fuera una fractura.

d. Quemaduras:

Artículo 408:En el caso de quemaduras de 1° a 2° grado, enfriar la zona con agua fría limpia hasta el momento que cese el dolor, luego cubrirla con un vendaje seco y estéril o con un apósito limpio. Proteger la quemadura de presiones o fricciones.

Artículo 409: Si la quemadura es de 3° grado, no lavar ni moje la región afectada. Llevar al trabajador accidentado inmediatamente a la emergencia.

Artículo 410: En caso de salpicadura de sustancia química a los ojos, lavar a chorro con una jeringa o trasladar inmediatamente a emergencia.

e. Reanimación cardiopulmonar:

Artículo 411: La reanimación cardiopulmonar se aplica en caso de existir paro cardiorrespiratorio, el cual se reconoce por pérdida de la conciencia (desmayo), ausencia del pulso, ausencia de respiración, para lo cual se debe realizar solicitar el apoyo de personal capacitado o trasladar inmediatamente al ambiente de emergencia.

XII. CAPACITACIÓN Y ENTRENAMIENTO

Artículo 412: La capacitación y entrenamiento en Seguridad y Salud en el Trabajo es un proceso permanente que involucra a todos los miembros de la organización y que tienen como objetivo la optimización de las siguientes competencias: conciencia de seguridad, preservación de la salud y prevención de incidentes y accidentes de trabajo.

Artículo 413: Se aplicará un enfoque por competencias, implementando eventos de capacitación que permitan lograr las competencias generales (dirigidas a todos los trabajadores) y las competencias específicas (dirigidas al personal del área de Salud Ocupacional); al Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo y el personal especializado en aspectos específicos del sistema.

Artículo 414: El Hospital tomará las medidas necesarias para transmitir al trabajador información sobre los riesgos en el centro de trabajo, así como las medidas de protección que correspondan.

Artículo 415: El Hospital impartirá capacitación apropiada y oportuna al trabajador, en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo al momento de la contratación, durante el desempeño de su labor y cuando se produzcan cambios tecnológicos y/o en el puesto de trabajo.

Artículo 416: La capacitación y entrenamiento en Seguridad y Salud en el Trabajo, estarán normadas por las Directivas y Reglamentos de Capacitación vigentes y cuentan con la conformidad del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, así como su monitoreo.

Artículo 417: La capacitación y entrenamiento serán impartidos mediante eventos (cursos, seminarios, conferencias, talleres, simulacros, etc.) debidamente documentados y cumplirán con los requisitos académicos necesarios para el logro de los objetivos de la capacitación.

Artículo 418: El Hospital brindará capacitación y/o entrenamiento sobre los Sensibilización en seguridad y salud en el trabajo.

a. Seguridad en los procedimientos de trabajo, con énfasis en los riesgos de los procesos
b. Organización y funcionamiento del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo
c. Uso y mantenimiento de equipos de protección
d. Prevención de accidentes y de enfermedades ocupacionales
e. Orden y limpieza
f. Primeros auxilios
g. Preparación y respuesta en caso de emergencias
h. Reconocimiento y prevención de las condiciones sub estándar.
i. Otros que se consideren necesarios para la mejora continua del sistema.

XIII. DISPOSICIONES TRANSITORIAS

Artículo 419: La implementación del presente Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo será en forma progresiva de acuerdo a las capacidades técnicas y económicas de la institución, priorizando los aspectos básicos que permitan asegurar la prevención de accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales.

Artículo 420: Cada servicio, área, unidad, oficinas, contemplará los estándares de Seguridad y Salud para los procesos que le corresponde según el tipo de actividades que realiza.

XIV. DISPOSICIONES FINALES

Artículo 421: Los casos no previstos de manera expresa en el presente Reglamento, se regirán conforma a las normas legales y/o normas técnicas existentes.

Artículo 422: Es responsabilidad de la Dirección General, implementar la normatividad establecida en el presente Reglamento, en coordinación con las diferentes direcciones, oficinas y jefaturas de los servicios, unidades y áreas del Hospital.

Artículo 423: El presente Reglamento se revisará cada dos años o por situaciones especiales como: cambios significativos en los procesos o incorporación de nuevas tecnologías o por ocurrencia de accidentes o enfermedades a pesar de cumplirse con lo dispuesto en el Reglamento.

XV. GLOSARIO DE TÉRMINOS

Para los fines del presente Reglamento y del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo a implementarse por el Hospital, se empleará los siguientes términos:

1. **Accidente de Trabajo**: Suceso repentino que sobreviene por causa o con ocasión del trabajo y que produce pérdidas tales como lesiones personales, daños materiales, derroches y/o impacto al medio ambiente; con respecto al trabajador le puede ocasionar una lesión orgánica, una perturbación funcional, una invalidez o la muerte. Así mismo se consideran accidentes aquellos que:

   a. Interrumpen el proceso normal de trabajo

b. Se producen durante la ejecución de órdenes del empleador, o durante la ejecución de una labor bajo su autoridad, aún fuera del lugar y horas de trabajo.

2. **Acción correctiva**: Implementación de soluciones para la reducción o eliminación de problemas identificados.

3. **Actividad**: Ejercicio de actividades industriales o de servicios en las operaciones de empleador en concordancia con la normatividad vigente.

4. **Actividades, procesos, operaciones o labores de alto riesgo**: Aquellas que impliquen una alta probabilidad de daño a la salud del trabajador con ocasión o como consecuencia del trabajo que realiza. La relación de actividades como de alto riesgo será establecida por la autoridad competente.

5. **Actividades insalubres**: Aquellas que den lugar a desprendimiento o evacuación de productos que puedan resultar directa o indirectamente perjudiciales para la salud humana.

6. **Actividades peligrosas**: Aquellas que tengan por objeto fabricar, manipular, expender o almacenar productos o sustancias susceptibles de originar riesgos graves de explosión, combustión, radiación u otros métodos de contaminación de análoga importancia para las personas o los bienes.

7. **Ambiente, centro de trabajo o unidad de producción**: Lugar en donde los trabajadores desempeñan sus labores.

8. **Auditoría**: Procedimiento sistemático, independiente y documentado para evaluar un Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo.

9. **Capacitación**: Actividad que consiste en instruir conocimientos teóricos y prácticos del trabajo a los participantes.

10. **Causas de los accidentes**: Criterios que permiten comprender las razones por las cuales ocurre un accidente. Se divide en:

    a. Falta de control: debido a fallas o debilidades en el control administrativo de la empresa.

    b. Causas Básicas: Debidas a factores personales y factores de trabajo.

c. Factores Personales: Todo lo relacionado al trabajador como persona (conocimientos, experiencia, grado de fatiga o tensión, problemas físicos, fobias, etc.)

d. Factores de trabajo: Todo lo relacionado al entorno del trabajo (equipos, materiales, ambiente, procedimientos, comunicación, etc.)

e. Causas inmediatas: Debidas a los actos y/o condiciones sub estándares.

f. Condiciones sub-estándares: Toda condición física en el entorno de trabajo que puede causar un accidente.

11. **Actos sub estándares**: Toda acción o práctica incorrecta ejecutada por el trabajador que puede causar un accidente.

12. **Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo**: Órgano Técnico constituido por representantes de diferentes servicios y áreas asistenciales, administrativas y los trabajadores, con las facultades y obligaciones previstas por las normas vigentes.

13. **Condiciones y Medio Ambiente de Trabajo**: Aquellos elementos, agentes factores que tienen influencia significativa en la generación de riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores. Quedan específicamente incluidos en esta definición:

    a. Las características generales de los locales, instalaciones, equipos, productos y demás útiles existentes en el centro de trabajo.

    b. La naturaleza, intensidad, concentraciones o niveles de presencia de los agentes físicos, químicos y biológicos en el ambiente de trabajo.

    c. Los procedimientos para la utilización de los agentes citados en el apartado anterior, que influyan en la generación de riesgos para los trabajadores.

    d. La organización y ordenamiento de las labores, incluidos los factores ergonómicos y psicosociales.

14. **Condiciones de Salud**: El conjunto de variables objetivas de orden fisiológico, psicológico y sociocultural que determinan el perfil sociodemográfico y de morbilidad de la población trabajadora.

15. **Contaminación del ambiente de trabajo**: Es toda alteración del ambiente de trabajo; calidad del suelo, agua o aire a un nivel que puede afectar la salud y la integridad física de los trabajadores.
16. **Contratista**: Persona o empresa que presta servicios remunerados a un empleador con especificaciones, plazos y condiciones convenidos.
17. **Control de riesgos**: Es el proceso de toma de decisiones, mediante la información obtenida en la evaluación de riesgos, para tratar y/o reducir los riesgos, para implantar las medidas correctoras, exigir su cumplimiento y la evaluación periódica de su eficacia.
18. **Cultura de seguridad o cultura de prevención**: Conjunto de valores, principios y normas de comportamiento y conocimiento que comparten los miembros de una organización, con respecto a la prevención de incidentes, accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales.
19. **Emergencia**: Evento no deseado que se presenta debido a factores naturales o como consecuencia de accidentes de trabajo, tales como: incendios, explosiones, sismos, deslizamientos, accidentes de tránsito, entre otros.
20. **Enfermedad ocupacional**: Enfermedad contraída como resultado de la exposición a factores de riesgo como: agentes químicos, biológicos, ergonómicos, psicológicos y sociales inherentes a la actividad laboral.
21. **Empleador**: Toda persona natural o jurídica que emplea a uno o varios trabajadores.
22. **Entidades Públicas competentes en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo**: Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo, Salud, Energía y Minas, Producción, Transporte y Comunicaciones, Vivienda y Construcción, Agricultura, ESSALUD y otras que la Ley señale.
23. **Equipos de Protección Personal**: Los dispositivos específicos destinados a ser utilizados adecuadamente por el trabajador para que le protejan de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o salud en el trabajo.

24. **Ergonomía**: Llamada también ingeniería humana, es la ciencia que busca optimizar la interacción entre el trabajador, máquina y ambiente de trabajo con el fin de adecuar los puestos, ambientes y la organización del trabajo a las capacidades y limitaciones de los trabajadores, con el fin de minimizar el estrés y la fatiga y con ello incrementar el rendimiento y la seguridad del trabajador.

25. **Estadística de accidentes**: Sistema de control de la información de los incidentes. Permiten medir y utilizar esta información y las tendencias asociadas en forma predictiva y focalizada para reducir los índices de accidentabilidad.

26. **Evaluación de riesgos**: Procesos mediante el cual se establece la probabilidad y la gravedad de que los peligros identificados se manifiesten, obteniéndose la información necesaria para que la empresa esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la oportunidad y el tipo de acciones preventivas que deben adoptarse.

27. **Exámenes médicos pre-ocupacionales**: Son evaluaciones médicas que se realizan al trabajador antes de que éste sea admitido en un puesto de trabajo que entrañe riesgos para su salud. Tiene por objeto determinar el estado de salud al momento del ingreso y su aptitud para el puesto de trabajo.

28. **Exámenes médicos periódicos**: Son evaluaciones médicas que se realizan al trabajador durante la vigencia del vínculo laboral. Estos exámenes tienen por objeto la detección precoz de las patologías ocupacionales y la promoción de la salud. Así mismo, permiten definir la eficiencia de las medidas preventivas y de control que se toman y el impacto de éstas; así como la reorientación de dichas medidas.

29. **Exámenes de retiro**: Son evaluaciones médicas realizadas al trabajador una vez concluido el vínculo laboral. Mediante estos exámenes se busca detectar enfermedades ocupacionales y comunes, secuelas de accidentes de trabajo y en general lo agravado por el trabajo.

30. **Exposición**: Condiciones de trabajo que implican un determinado nivel de riesgo a los trabajadores.

31. **Factores de riesgo disergonómico**: Conjunto de atributos de la tarea o del puesto, más o menos claramente definidos, que inciden en aumentar la probabilidad de que

un sujeto, expuesto a ellos, desarrolle una lesión en su trabajo. Incluyen aspectos relacionados con la manipulación manual de cargas, sobreesfuerzos, posturas de trabajo, movimientos repetitivos.

32. **Gestión de la Seguridad y Salud**: Aplicación de los principios de la administración moderna a la seguridad y salud, integrándola a la producción, calidad y control de costos.

33. **Gestión de riesgos**: Es el procedimiento que permite, una vez caracterizado el riesgo, la aplicación de las medidas más adecuadas para reducir al mínimo los riesgos determinados y mitigar sus efectos; al mismo tiempo que se obtienen los resultados esperados.

34. **Identificación de peligros**: Proceso mediante el cual se reconoce que existe un peligro y se definen sus características.

35. **Incidente**: Suceso acaecido en el curso del trabajo o en relación con el trabajo, en el que la persona afectada no sufre lesiones corporales, o en el que éstas sólo requieren cuidados de primeros auxilios.

36. **Incidente peligroso**: Toda contingencia fácilmente reconocible, que puede causar lesiones o enfermedades a las personas en su trabajo, o a la población.

37. **Inducción u orientación**: Capacitación inicial para ayudar al trabajador a ejecutar su labor en forma segura, eficiente y correcta. Se divide normalmente en:

    a. Inducción general: Capacitación al trabajador antes de asumir su puesto sobre temas generales como política, beneficios, servicios, facilidades, normas y prácticas; así como el conocimiento del ambiente laboral de la empresa.

    b. Inducción específica: Capacitación que se brinda al trabajador sobre la información necesaria para prepararlo para un trabajo específico.

38. **Investigación de accidentes e incidentes**: Proceso de recopilación y evaluación de evidencias que conducen a determinar las causas de los accidentes e incidentes, y que permite tomar las acciones correctivas y prevenir la recurrencia de los mismos.

39. **Inspección**: Proceso de observación metódica para identificar no conformidades con los estándares establecidos e identificar peligros.

40. **Lesión**: Daño físico u orgánico que sufre una persona como consecuencia de un accidente de trabajo o enfermedad ocupacional.

41. **Mapa de riesgos**: Compendio de información organizada y sistematizada geográficamente a nivel nacional sub-regional o de una empresa sobre las amenazas, incidentes o actividades que son valoradas como riesgos para la operación segura de una empresa u organización.

42. **Medidas de prevención**: Las acciones que se adoptan con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo, dirigidas a proteger la salud de los trabajadores contra aquellas condiciones de trabajo que generan daños que sean consecuencia, guarden relación o sobrevengan durante el cumplimiento de sus labores, medidas cuya implementación constituye una obligación y deber de parte de los empleadores.

43. **Peligro**: Propiedad o característica intrínseca de algo capaz de ocasionar daños a las personas, equipo, procesos y ambiente.

44. **Pérdidas**: Constituye todo daño, mal o menoscabo en perjuicio del empleador.

45. **Plan de emergencias**: Documento guía de las medidas que se deben tomar bajo ciertas condiciones de emergencia posibles. Incluye responsabilidades de personas y departamentos, recursos de la empresa disposiciones para su uso, fuentes de ayuda externas, procedimientos generales a seguir, autoridad para tomar decisiones, las comunicaciones e informes exigidos.

46. **Prevención de accidentes**: Combinación razonable de políticas, estándares, procedimientos y prácticas, que permiten a una organización alcanzar los objetivos de prevención de riesgos en el trabajo.

47. **Primeros auxilios**: Protocolos de atención de emergencia que se brindan a una persona que ha sufrido un accidente o enfermedad ocupacional.

48. **Proactividad**: Actitud favorable en el cumplimiento de las normas de Seguridad y Salud en el Trabajo con diligencia y eficacia.

49. **Procesos, actividades, operaciones, equipos o productos peligrosos**: Aquellos elementos, factores o agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos o mecánicos, que están presentes en el proceso de trabajo, según las definiciones y parámetros que establezca la legislación nacional, que originen riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores que los desarrollen o utilicen.

50. **Reglamento**: Conjunto de normas, procedimientos, prácticas o disposiciones detalladas, a los que la empresa asigna carácter obligatorio.

51. **Representante de los trabajadores**: Trabajador con experiencia o capacitación en prevención de riesgos laborales, elegido de conformidad con la legislación vigente para representar a los trabajadores ante el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

52. **Riesgo**: Probabilidad de que un peligro se materialice en unas determinadas condiciones y produzca daños a las personas, equipos y al ambiente.

53. **Riesgo laboral**: Probabilidad de que la exposición a un factor ambiental peligroso en el trabajo cause enfermedad o lesión.

54. **Riesgo disergonómico**: Entenderemos por riesgo disergonómico aquella expresión matemática referida a la probabilidad de sufrir un evento adverso e indeseado (accidente o enfermedad) en el trabajo, y condicionado por ciertos factores de riesgo disergonómico.

55. **Ruido ambiental**: El sonido no deseado o nocivo generado por la actividad humana en el exterior, incluido el ruido emitido por medios de transporte.

56. **Salud**: Estado de completo bienestar físico, mental y social; y no meramente la ausencia de enfermedad o de incapacidad.

57. **Salud ocupacional**: Rama de la Salud Pública que tiene como finalidad promover y mantener el mayor grado de bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas sus ocupaciones; prevenir todo daño a la salud causado por las condiciones de trabajo y por los factores de riesgos; así como adecuar el trabajo al trabajador, atendiendo a sus aptitudes y capacidades.

58. **Seguridad**: Son todas aquellas acciones y actividades que permiten que el trabajador labore en condiciones seguras tanto ambientales como personales, con el fin de conservar la salud y preservar los recursos humanos y materiales.

59. **Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo**: Este seguro brinda cobertura de salud y pensión a consecuencia de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales a los trabajadores de las empresas que están obligadas a contratarlo de acuerdo a Ley; así como a empresas que deseen contar con una protección para sus trabajadores.

60. **Servicio de Salud en el Trabajo**: Conjunto de dependencias de una empresa que tienen funciones esencialmente preventivas y que están encargadas de asesorar a los trabajadores y a los representantes de la empresa acerca de:

    a. Los requisitos necesarios para establecer y conservar un medio ambiente de trabajo seguro y sano que favorezca una salud física y mental óptima en relación con el trabajo.

    b. La adaptación del trabajo a las capacidades de los trabajadores, habida cuenta de su estado de salud física y mental.

    c. La vigilancia activa en salud ocupacional que involucra el reconocimiento de los riesgos, las evaluaciones ambientales y de salud del trabajador (enfermera, obstetra, médico, toxicólogo, psicólogo, biólogo, técnico, etc.) y los registros necesarios (enfermedades, accidentes, ausentismo, etc.) entre otros.

61. **Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo**: Conjunto de elementos interrelacionados o interactivos que tienen por objeto establecer una política y objetivos de seguridad y salud en el trabajo; así como los mecanismos y acciones necesarios para alcanzar dicho objetivos, estando íntimamente relacionado con el concepto de responsabilidad social empresarial, en el orden de crear conciencia sobre el ofrecimiento de buenas condiciones laborales a los trabajadores, mejorando de este modo, la calidad de vida de los mismo; así como promoviendo la competitividad de las empresas en el mercado.

62. **Supervisor de Seguridad y Salud en el Trabajo**: Trabajador capacitado y designado entre los trabajadores de las áreas productivas de las empresas con menos de 20 trabajadores.

63. **Trabajador**: Toda persona que desempeña una actividad de manera regular o temporal por cuenta ajena y remunerada o de manera independiente o por cuenta propia.

64. **Trabajo repetitivo**: Movimientos continuos mantenidos durante un trabajo que implica la acción conjunta de los músculos, los huesos, las articulaciones y los nervios de una parte del cuerpo y que puede provocar en esta misma zona la fatiga muscular, la sobrecarga, el dolor y, por último, una lesión.

65. **Trabajos con pantallas de visualización de datos**: Involucra la labor que realiza un trabajador en base al uso del hardware y el software (los que forman parte de la ofimática). Se consideran trabajadores usuarios de pantallas de visualización a todos aquellos que superen las 4 horas diarias o 20 horas semanales de trabajo efectivo con dichos equipos.

66. **Trastornos músculo esquelético**: Son lesiones de músculos, tendones, nervios y articulaciones que se localizan con más frecuencia en el cuello, espalda, hombros, codos, muñecas y manos. Reciben nombres como: contracturas, tendinitis, síndrome del túnel carpiano, lumbalgias, cervicalgias, dorsalgias, etc. El síntoma predominante es el dolor, asociado a la inflamación, pérdida de fuerza y dificultad o imposibilidad para realizar algunos movimientos.

67. **Vigilancia en Salud Ocupacional**: Conjunto de usuarios, normas, procedimientos, recursos organizados para la recopilación, análisis, interpretación y divulgación sistemática y oportuna de información sobre eventos de salud ocupacional.

68. **Zona de ruido**: Zona situada a lo largo o en torno a fuentes emisoras de ruido.

69. **Principio de protección**: Los trabajadores tienen derecho a que el Estado y los empleadores promuevan condiciones de trabajo dignas que les garanticen un estado de vida saludable, física, mental y social. Dichas condiciones deberán propender a:

    a. Que el trabajo se desarrolle en un ambiente seguro y saludable

b. Que las condiciones de trabajo sean compatibles con el bienestar y la dignidad de los trabajadores; y ofrezcan posibilidades reales para el logro de los objetivos personales del trabajador.

70. **Principio de prevención**: El empleador garantizará, en el centro de trabajo, el establecimiento de los medios y condiciones que protejan la vida, la salud y el bienestar de los trabajadores; y de aquellos que, no teniendo vínculo laboral, prestan servicios o se encuentran dentro del ámbito del centro de labores.

71. **Principio de responsabilidad**: El empleador a través del Seguro Complementario de Trabajo de Riesgo asumirá las implicancias económicas, legales y de cualquier otra índole, como consecuencia de un accidente o enfermedad que sufra el trabajador en el desempeño de sus funciones o a consecuencia de él, conforme a las normas vigentes.

72. **Principio de cooperación**: El Estado, los empleadores y los trabajadores, así como sus organizaciones sindicales, establecerán mecanismos que garanticen una permanente colaboración y coordinación en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo.

73. **Principio de información y capacitación**: Los trabajadores recibirán del empleador una oportuna y adecuada información y capacitación preventiva en la tarea a desarrollar, con énfasis en lo potencialmente riesgoso para la vida y salud de los trabajadores y su familia.

74. **Principios de Gestión Integral**: Todo empleador promoverá e integrará la gestión de la seguridad y salud en el trabajo a la gestión general de la empresa.

75. **Principios de atención integral de la Salud**: Los trabajadores que sufran algún accidente de trabajo o enfermedad ocupacional, tienen derecho a las prestaciones de salud necesarias y suficiencias hasta su recuperación y rehabilitación, procurando su reinserción laboral.

76. **Principio de consulta y participación**: El estado promoverá mecanismos de consulta y participación de las organizaciones de empleadores y trabajadores más

representativos y actores sociales, para la adopción de mejoras en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo.

77. **Principio de veracidad**: Los empleadores, los trabajadores, los representantes de ambos y demás entidades públicas y privadas responsables del cumplimiento de la legislación en Seguridad y Salud en el Trabajo, brindarán información completa y veraz sobre la materia.

78. **Principio de primacía de la realidad:** Es aquel por el cual en caso de divergencia entre lo que ocurre en la realidad y lo que se ha plasmado en los documentos, debe darse prevalencia a lo que surge en la práctica.

PRESIDENTE

SALUD OCUPACIONAL