

/ MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS



/ TRANSPORTE DE PASAJEROS

elaborado en el marco de la comisión cuatripartita del sector

AUTORIDADES

Ing. MAURICIO MACRI
Presidente de la Nación

Lic. JORGE TRIACA
Ministro de Trabajo, Empleo y Seguridad Social

C.P.N. GUSTAVO DARÍO MORÓN
Superintendente de Riesgos del Trabajo

Dr. PEDRO MARIEZCURRENA
Gerente de Prevención

Producción de Contenidos y Diseño

Superintendencia de Riesgos del Trabajo

II Edición / Enero 2016

Índice

Guía de Íconos Gráficos	4
1. Comisión de trabajo cuatripartita	5
2. Prólogo	8
3. Contextualización de la Actividad	12
4. Simbología	18
5. Flujograma	20
6. Descripción del proceso / Riesgos y buenas prácticas	23
7. Factores de la Organización del Trabajo	41
8. Sistema de Riesgos del Trabajo	43

Guía de íconos gráficos

Estos botones gráficos se ubicarán en la columna asistente (derecha) del Manual y representan una serie de recursos complementarios del contenido principal.



Destacados

Son conceptos o ideas importantes del desarrollo de contenidos, los más importantes de la página en donde aparecen.



Glosario

Encontrarán bajo este ícono las acepciones de la terminología específica utilizada en el Manual.



Materiales complementarios

Con este recurso se recomiendan contenidos complementarios para profundizar y ampliar lo desarrollado en la columna principal. Pueden ser artículos impresos o digitales, películas, libros o direcciones web, entre otros.



Notas

Las notas son ampliaciones breves o complementos de conceptos o referencias presentes en el cuerpo principal del manual (columna izquierda).

1. Comisión de trabajo cuatripartita

Los integrantes de la Comisión Cuatripartita del sector Transporte de Pasajeros que participaron en la elaboración de este Manual de Buenas Prácticas fueron:



Ministerio de Trabajo,
Empleo y Seguridad Social
Presidencia de la Nación

El **Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social** es un organismo nacional, dependiente del Poder Ejecutivo, que tiene la misión de servir a los ciudadanos en las áreas de su competencia.

Es parte de la estructura administrativa gubernamental para la conformación y ejecución de las políticas públicas del trabajo y la seguridad social.

Propone, diseña, elabora, administra y fiscaliza las políticas para todas las áreas del trabajo, el empleo y las relaciones laborales, la capacitación laboral y la Seguridad Social.



UNIÓN TRANVIARIOS AUTOMOTOR

La Unión Tranviarios Automotor es un gremio que tiene entre sus objetivos defender los intereses de sus representados. Brindar asistencia en la atención y prevención de la salud, y prestar todo tipo de servicios sociales que estén a su alcance. Buscar mejoras y progresos permanentes para la realización personal y profesional de los trabajadores y su familia. Tomar la iniciativa en la lucha por la recuperación de los derechos adquiridos y acciones por nuevas conquistas sociales.



ASOCIACIÓN ARGENTINA DE EMPRESARIOS DEL TRANSPORTE AUTOMOTOR

AAETA es una asociación fundada en 1941 que tiene como objetivo principal estudiar todo lo relacionado con el transporte automotor de pasajeros, tratando de mejorar y fomentar ese servicio público y recabar de las autoridades o particulares cuantas medidas o reformas sean conducentes a ese fin.



Unión de Aseguradoras de Riesgos del Trabajo

UART

La **Unión de Aseguradoras de Riesgos del Trabajo** es la cámara que agrupa a las compañías del sector y ejerce su representación institucional, pero también es un centro de estudio, investigación, análisis y difusión, acerca del amplio espectro de temas que involucra la prevención y atención de la salud laboral.

Desde su creación, congregó a casi la totalidad de las Aseguradoras del ramo y llevó sus opiniones y posiciones a los foros que así lo requirieran. Autoridades regulatorias, Congreso Nacional, Poder Judicial, medios de comunicación, cámaras empresariales, sindicatos, universidades, agrupaciones de profesionales y técnicos y muchos otros, consolidando el objetivo social de construir contextos laborales cada vez más seguros y técnicamente sustentables.

Hoy la UART es un ámbito sectorial en el que cada vez más especialistas se suman al estudio y análisis de la temática. Sus tareas son múltiples y abarcan tanto la búsqueda constante de mayor eficiencia en la gestión y administración del sistema y sus servicios, como la consolidación de una progresiva conciencia aseguradora en la población empleadora y trabajadora.

Entre sus iniciativas más recientes y destacadas se encuentra el **Programa Prevenir**, que se realiza año a año desde 2011 y es un ciclo de conferencias gratuitas, con las que se recorre el país, actualizando acerca de las mejores estrategias y metodologías para evitar accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

Otro de sus emprendimientos destacados es Recalificart, primer instituto del país especializado en recalificación para la reinserción laboral que se encuentra en funcionamiento desde el año 2012.



La **Superintendencia de Riesgos del Trabajo** es un organismo creado por la Ley N° 24.557 que depende de la **Secretaría de Seguridad Social del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social de la Nación**. El objetivo primordial de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo es garantizar el efectivo cumplimiento del derecho a la salud y seguridad de la población mientras trabaja. Por ello, en base a las funciones que la Ley establece, centraliza su tarea en lograr trabajos decentes preservando la salud y seguridad de los trabajadores, promoviendo la cultura de la prevención y colaborando con los compromisos del Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social de la Nación y de los Estados Provinciales en la erradicación del Trabajo Infantil, en la regularización del empleo y en el combate al trabajo no registrado.

Sus funciones principales son:

- ▶ Promover el cumplimiento de las normas de Higiene y Seguridad en el Trabajo.
- ▶ Supervisar y fiscalizar el funcionamiento de las Aseguradoras de Riesgos del Trabajo (ART).
- ▶ Garantizar que se otorguen las prestaciones médico-asistenciales y dinerarias en caso de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales.
- ▶ Promover la prevención para conseguir ambientes laborales sanos y seguros.
- ▶ Imponer las sanciones previstas en la Ley No 24.557.
- ▶ Mantener el Registro Nacional de Incapacidades Laborales en el cual se registran los datos identificatorios del damnificado y su empresa, época del infortunio, prestaciones abonadas, incapacidades reclamadas y además, elaborar los índices de siniestralidad.
- ▶ Supervisar y fiscalizar a las empresas autoaseguradas y el cumplimiento de las normas de Higiene y Seguridad del Trabajo en ellas.

2. Prólogo

Trabajo decente y crecimiento económico

A través de la **Ley No 25.877 de Ordenamiento del Régimen Laboral** -sancionada por el Congreso Nacional en marzo de 2004- se otorgó al Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social (MTEySS) la responsabilidad de promover el concepto de “**Trabajo Decente**”, definido por la **Organización Internacional del Trabajo (OIT)**.

El cambio de paradigma instala a la Argentina ante un nuevo escenario, en el que adquiere especial relevancia la salud y la seguridad en el trabajo e impulsa al Estado Nacional a revalorizar y fortalecer el compromiso que asumió en setiembre de 2015, cuando adoptó los “**Objetivos de Desarrollo Sostenible 2015-2030**”, que tiene como línea de acción “**promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sustentable, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos**”.

Otros hechos significativos en esta línea fueron el Convenio sobre el **Marco Promocional para Seguridad y Salud en el Trabajo (OIT, 2006)** y la **Estrategia Iberoamericana de Seguridad y Salud en el Trabajo desarrollada por la Organización Internacional de la Seguridad Social (OISS)** para los años 2010-2013. Esta última motivó -en abril de 2010- la firma de un Acuerdo de implementación entre el MTEySS, la SRT, la Confederación General del Trabajo (CGT), la Central de los Trabajadores Argentinos (CTA), la Confederación Sindical de Trabajadores/as de las Américas (CSA) y la misma OISS.

El dictado de la “**Política Nacional de Salud y Seguridad de los Trabajadores y del Medio Ambiente de Trabajo**”, aprobada en 2012 por el Comité Consultivo Permanente de la Ley de Riesgos del Trabajo.

También se puede mencionar como destacable la ratificación y entrada en vigor de los Convenios OIT sobre el marco promocional para la Seguridad y Salud en el Trabajo 2006 (núm 187), sobre seguridad y salud de los trabajadores de 1981 (núm. 155) y su protocolo 2002.

Y el acuerdo para la implementación de la “**II Estrategia Argentina de Salud y Seguridad en el Trabajo 2015 - 2019**”;



El cambio de paradigma instala a la Argentina ante un nuevo escenario, en el que adquiere especial relevancia la salud y la seguridad en el trabajo.

rubricado por el Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social; la Superintendencia de Riesgos del Trabajo; la CGT, la UIA, la CGERA, La CAME y la APyME. A nivel internacional fue refrendado por la Secretaría General de la Organización Iberoamericana de Seguridad Social (OISS), la Asociación Internacional de la Seguridad Social (AISS) y la Conferencia Interamericana de Seguridad Social (CISS).

De este modo, la Argentina en sintonía con las acciones y normativas internacionales, tiene el gran desafío de enfocar sus políticas públicas en el trabajo, la producción y la inclusión social con la participación de todos los actores sociales involucrados en esta nueva etapa.

Estructura de contenidos / Lo que van a encontrar en este Manual

Con la finalidad de que este material sea de utilidad para los trabajadores, pero también para el resto de los sectores representados en la **Comisión de Trabajo Cuatripartita**, está organizado en 8 apartados. Los primeros y los finales son de incumbencia para todos los actores del sistema y los centrales están referidos al proceso de trabajo y destinados principalmente a los trabajadores.

Además de este prólogo, van a poder consultar un **tercer apartado con una contextualización del sector de actividad**, que incluye índices de accidentabilidad procesados por la Superintendencia de Riesgos del Trabajo.

En el cuarto, detallamos la simbología que representa riesgos, cargas y exigencias consensuados en las Comisiones.

En los **apartados 5 y 6** encontrarán el **flujograma**, que es el desarrollo del proceso productivo graficado como un sistema ordenado de bloques, acompañado de una **descripción detallada de los riesgos identificados y las buenas prácticas sugeridas** para los empleadores y trabajadores.

En **apartado 7** podrán acceder a una **reseña de los riesgos y buenas prácticas generales de proceso** identificadas para todas las ramas de actividad.



(...) la Argentina en sintonía con las acciones y normativas internacionales, tiene el gran desafío de enfocar sus políticas públicas en el trabajo, la producción y la inclusión social con la participación de todos los actores sociales involucrados en esta nueva etapa.



COMISION CUATRIPARTITA

Es un ámbito de debate y producción colaborativa que integra a los sindicatos, empresarios, aseguradoras de riesgos del trabajo y los órganos de fiscalización estatal que es la Superintendencia de Riesgos del Trabajo, el Ministerio de Trabajo de la Nación y Administradoras de Trabajo Local (A.T.L.).



FLUJOGRAMA

Es una herramienta en la que se muestra la dinámica de un proceso productivo conformado por bloques en los que se identifica la presencia de los distintos tipos de riesgos, cargas y exigencias laborales.

En **apartado 8** y final se desarrollan sintéticamente algunos **conceptos fundamentales del Sistema de Riesgos del Trabajo** y los derechos y obligaciones de cada uno de los actores.

Empecemos ahora a recorrer el contenido específico con la caracterización del sector de actividad y las estadísticas sobre accidentabilidad ilustradas con infografías elaboradas por la SRT.

3. Contextualización del servicio de transporte de larga distancia

El transporte de pasajeros de larga distancia es un sector servicios de vital importancia tanto para el acercamiento de las personas, como para el impulso económico de un país.

La posibilidad de traslado de la población, ha constituido históricamente en el mundo uno de los determinantes del progreso o retroceso de las sociedades. El transporte en sí mismo no produce bienes de consumo tangibles, pero hace posible que estos se produzcan al trasladar a miles de usuarios, satisfaciendo sus necesidades de movilidad e impulsando la actividad económica.

El traslado de pasajeros de larga distancia representa el 90% de los viajes anuales del país, característica que se incrementó a partir de la década del 90 con la declinación de varios ramales ferroviarios, el aumento de la motorización y la escasa oferta de traslados aéreos que conectaran con el resto del país, razones que motivaron el desarrollo y concentración de este sector consecuentemente a la acrecentada demanda.

En Argentina, aproximadamente 64 millones de pasajes se venden por año, cifra que destaca la importancia y necesidad de movilización con diversos fines, desde recreativos, turísticos, laborales hasta educativos.

Según en el ámbito geográfico en que se desarrollen estos servicios se dividen en urbanos e interurbanos. En el transporte urbano los recorridos se efectúan dentro de la ciudad y realizan ascenso y descenso de pasajeros, mientras que los interurbanos presentan recorridos fuera de las ciudades, uniendo al menos dos localidades que no pertenecen a un mismo conglomerado, y se clasifican según la cantidad de Km. recorridos en: corta distancia a aquellos que recorren menos de 30 Km; media entre 30 y 100 Km; media-larga de 100 a 200 Km. y larga más de 200 Km.

En este manual abordaremos el sector de transporte de larga distancia, identificando sus riesgos y recomendando buenas prácticas con el objetivo de promover una cultura preventiva en el ambiente laboral, destinado a todos los actores del sistema de riesgos del trabajo.



El transporte en sí mismo no produce bienes de consumo tangibles, pero hace posible que estos se produzcan al trasladar a miles de usuarios, satisfaciendo sus necesidades de movilidad e impulsando la actividad económica.

En nuestro país, según datos del Ministerio del Interior y Transporte, los ómnibus de larga distancia conectan aproximadamente 1800 destinos nacionales, como así también nos une con los países vecinos de Bolivia, Brasil, Chile, Paraguay, Perú y Uruguay. Este sector de servicios está compuesto por empresas que en su totalidad proceden de capitales nacionales y reciben el aporte de subsidios de Nación para su actividad.

Las primeras empresas, se constituyeron aproximadamente 70 años atrás como emprendimientos familiares, unipersonales o de muy pocos socios para luego concentrarse en grupos empresariales y desarrollar su actividad ampliando distancias recorridas, calidad y cantidad de servicios prestados e incorporando nuevas tecnologías en el transcurso de las décadas posteriores.

El parque automotor presenta una antigüedad promedio no mayor de 4 años, compuesto en su mayoría por coches de doble piso, aproximadamente el 66% de la flota total. El auge de estas unidades se incrementó excepcionalmente en el año 1992, debido a la necesidad de aumentar asientos disponibles y niveles de confort al servicio.

En Argentina, al igual que en la mayoría de los países del mundo, esta actividad se cumple en un marco reglamentado por agencias gubernamentales de las provincias y nacionales, como el **Ministerio del Interior y de Transporte de la Nación**, la **Comisión Nacional de Regulación del Transporte (CNRT)** y la **Agencia Nacional de Seguridad Vial**.

La CNRT es un organismo descentralizado que controla y fiscaliza el transporte terrestre de jurisdicción nacional. Tiene competencia en el transporte automotor de pasajeros urbano e interjurisdiccional de media y larga distancia, como así también en cuanto a trenes de pasajeros, carga y estación Terminal de ómnibus de Retiro.

En cuanto al sector trabajador, este servicio genera aproximadamente 22.500 puestos de trabajo en todo el país.

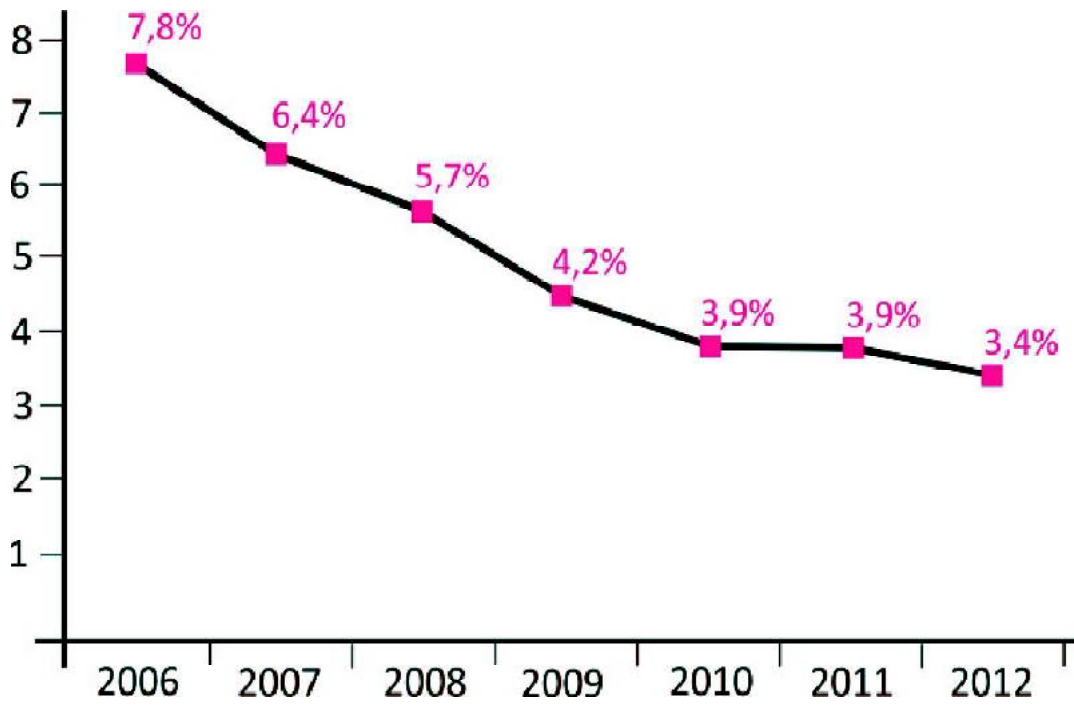
El sector empresarial se encuentra agrupado en sus tres cámaras principales: **CELADI** (Cámara Empresaria de Larga Distancia), **AAETA** (Asociación Argentina de Empresarios del Transporte Automotor) y **CEAP** (Cámara Empresaria de Autotransporte de Pasajeros).



En nuestro país, según datos del Ministerio del Interior y Transporte, los ómnibus de larga distancia conectan aproximadamente 1800 destinos nacionales, como así también nos une con los países vecinos de Bolivia, Brasil, Chile, Paraguay, Perú y Uruguay.

La evolución de la accidentabilidad del Transporte Automotor de Pasajeros en la Sinistralidad Vial Grave de la República Argentina, muestra una marcada curva descendente en los últimos siete años:

Evolución de la accidentabilidad en términos absolutos 2006 / 2012.



Fuente: Superintendencia de Riesgos del Trabajo

Los accidentes graves en los que se ven involucrados los micros de larga distancia despiertan un significativo interés en la opinión pública, principalmente motivado por la trascendencia que los mismos adquieren con respecto a otros tipos de accidentes de tránsito. Años atrás existía una opinión popular que implicaba estos siniestros a los micros de doble piso, la cual fue desacreditada por un estudio técnico realizado por el **INTI (Instituto Nacional de Tecnología Industrial)** donde demostró un alto grado de eficiencia de estos vehículos en materia de estabilidad y adherencia al suelo, resultando un 100% seguros para circular por rutas y caminos.

A partir del año 2008 los micros de larga distancia implementaron limitadores de velocidad electrónicos que imposibilitan al vehículo superar las velocidades máximas permitidas, constituyendo esto un aporte en cuanto a cultura preventiva y trabajo seguro.

Dentro de las enfermedades laborales registradas en año 2012 en este colectivo de trabajo, se encuentran las dorsopatías como principal causa, seguida por problemas en oído interno, tendones y

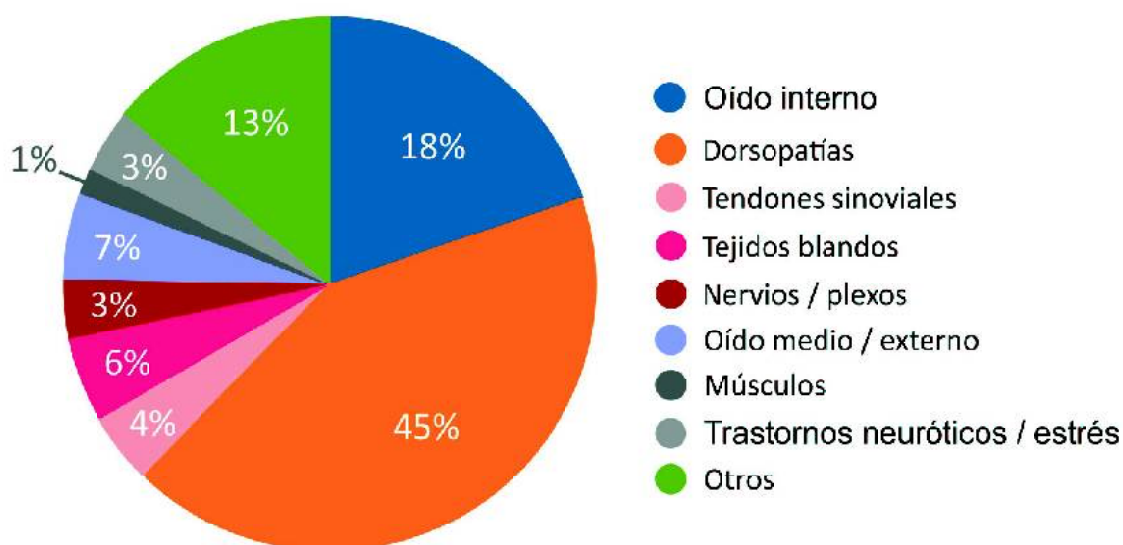
sinoviales y músculos entre otras, como podemos observar en el siguiente gráfico.

Índice de incidencia AT/EP e Índice de incidencia de fallecidos AT/EP - Transporte terrestre (Período 2003-2012)

Año	I. Incidencia AT /EP (por mil)	I. Incidencia de fallecidos AT/EP (por millón)
2003	104,4	323,4
2004	101,1	245,3
2005	96,5	407,8
2006	94,0	384,7
2007	97,5	351,4
2008	92,9	357,1
2009	88,2	230,2
2010	91,0	278,0
2011	91,8	387,8
2012	92,5	327,1

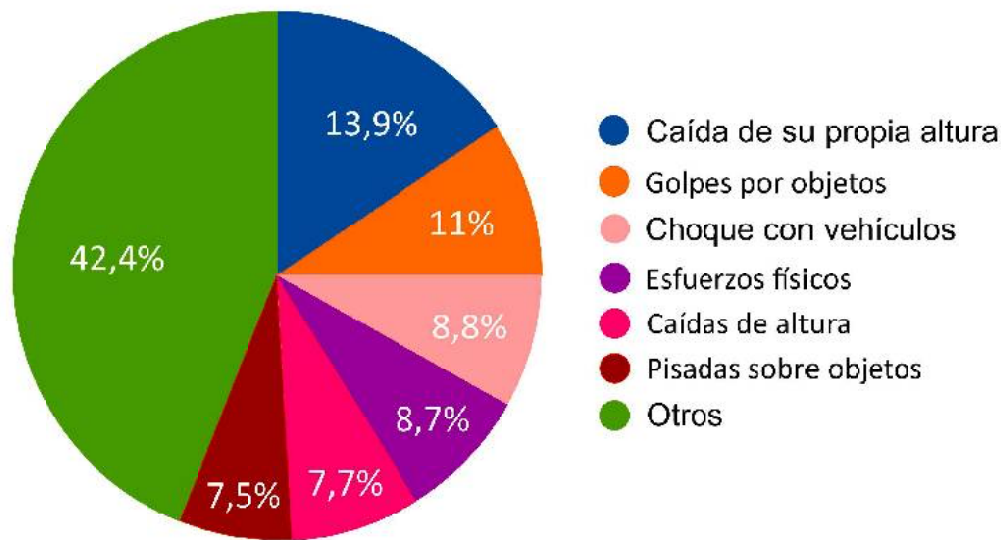
Fuente: Superintendencia de Riesgos del Trabajo

Zona del cuerpo afectada



Fuente: Superintendencia de Riesgos del Trabajo

Forma de ocurrencia de la lesión



Fuente: Superintendencia de Riesgos del Trabajo

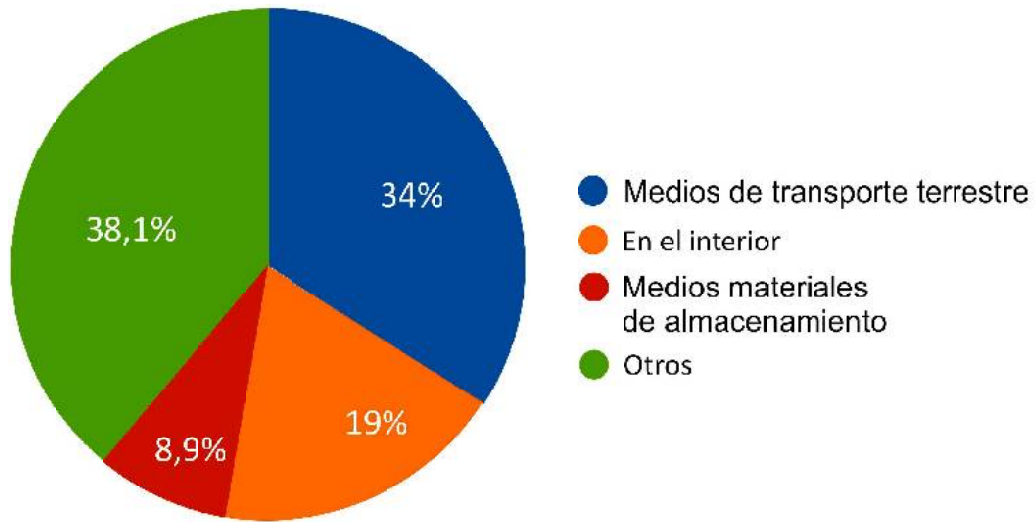
Naturaleza de la lesión



* La categoría otros incluye aquellos casos en que la naturaleza de la lesión presentó un porcentaje menor al 7,2%.

Fuente: Superintendencia de Riesgos del Trabajo

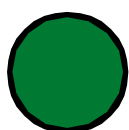
Agente material asociado



Fuente: Superintendencia de Riesgos del Trabajo

4. Simbología

El siguiente ordenamiento de riesgos, cargas y exigencias representados en esta simbología, fue consensuado en las Mesas Cuatripartitas de cada rama de actividad. En este apartado figura la tipificación por tipo de riesgos generales. Los específicos de los procesos descriptos para el servicio de transporte de pasajeros se desarrollan en los apartados correspondientes al flujograma y su análisis.



Riesgos Físicos del Ambiente de Trabajo

1. Temperatura / 2. Ruido / 3. Iluminación / 4. Humedad
5. Ventilación / 6. Vibraciones / 7. Radiaciones.
8. Presión barométrica



Riesgos Químicos

1. Gases (irritativos, tóxicos, inflamables, combustibles, explosivos, asfixiantes) / 2. Vapores (irritativos, tóxicos, inflamables, explosivos, asfixiantes) / 3. Humos (irritativos, tóxicos, asfixiantes) / 4. Aerosoles (irritativos, tóxicos, inflamables o explosivos, asfixiantes) / 5. Polvos (irritativos, tóxicos, combustibles, explosivos, asfixiantes) / 6. Líquidos (irritativos, tóxicos, inflamables o explosivos).



Riesgo Exigencia Biomecánica

1. Movimientos repetitivos / 2. Posturas forzadas / 3. Esfuerzo o Fuerza física / 4. Movimiento manual de cargas
5. Posturas estáticas.



Riesgo de Accidentes

1. Caídas / 2. Torceduras / 3. Quemaduras / 4. Picaduras
5. Cortes / 6. Golpes / 7. Atrapamientos / 8. Atropellamientos
9. Choques / 10. Agresiones por terceros / 11. Electricidad
12. Incendio / 13. Traumatismo de ojo / 14 Explosión.



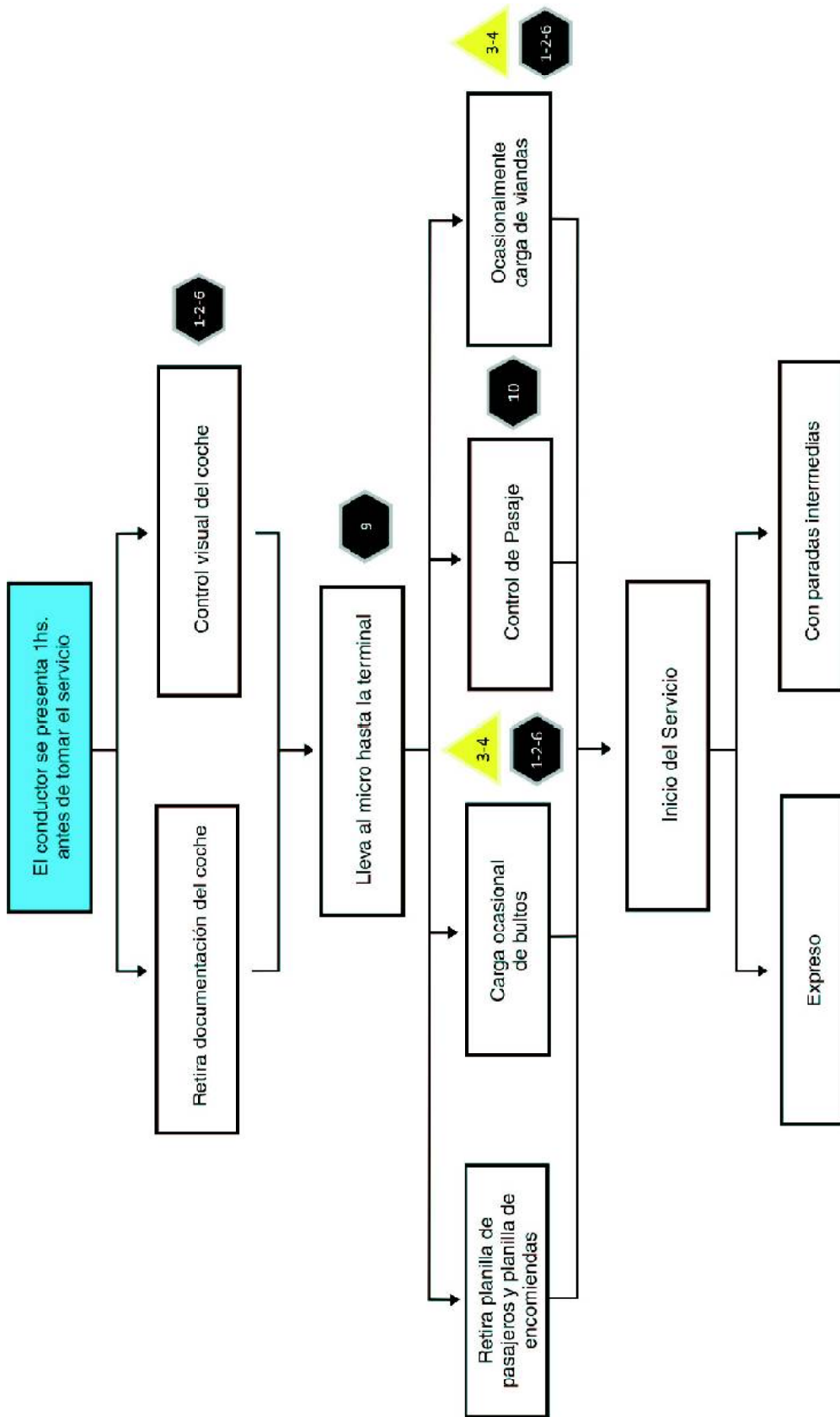
Riesgos Biológicos

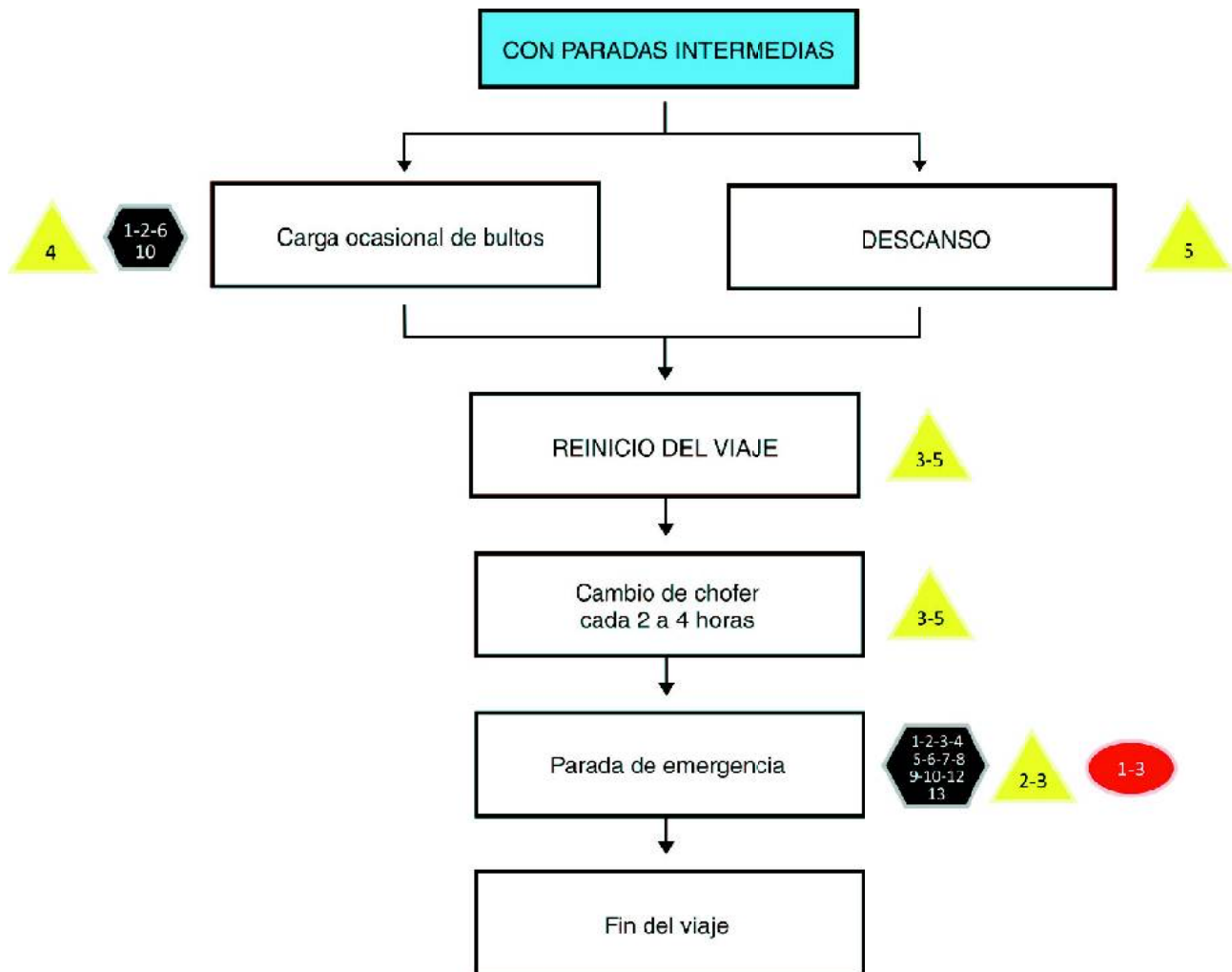
1. Hongos / 2. Virus / 3. Bacterias / 4. Parásitos.



Factores de la Organización del Trabajo

5. Flujogramas





6. Descripción del proceso / Riesgos y buenas prácticas

Se describen a continuación el proceso y las tareas que el trabajador, realiza desde el inicio de cada viaje hasta la finalización del mismo, cada uno de ellos acompañado de una breve descripción que incluye los riesgos de cada etapa y las buenas prácticas, como recomendación para contribuir a una cultura de seguridad con el objetivo de disminuir la siniestralidad en esta rama de actividad.

Inicio del proceso de trabajo del conductor

Playa de estacionamiento

El conductor se presenta una (1) hora antes de tomar el servicio en la playa de estacionamiento de la empresa, de ahí retira la documentación del coche y recorre la unidad realizando un control visual del mismo, por la parte exterior y por el interior (la parte superior, planta baja y compartimentos). Si encuentra desperfectos solicita la reparación o cambio de coche. En esta etapa los riesgos incluyen caídas al mismo y distinto nivel y torceduras provocadas por irregularidades del piso, desniveles y escaleras. También golpes, sobre todo en la cabeza, producidos por objetos de la unidad, como televisores y buches.

Descripción de los Riesgos

Accidentes: Caídas, torceduras, golpes.

Buenas prácticas

Caídas

- ▶ Mantener en buen estado de conservación los pisos del estacionamiento, como así también dentro del ómnibus incluyendo las escaleras de mismo.
- ▶ El piso debe brindar estabilidad para evitar caídas y encontrarse demarcado de forma visible.
- ▶ Se sugiere en el caso de observar algún tipo de derrame líquido en el piso de la playa de estacionamiento de la empresa, llámese gasoil, aceite etc., se notifique a la misma para su limpieza, ya que esto es un riesgo potencial de caídas.



Mantener en buen estado de conservación los pisos del estacionamiento, como así también dentro del ómnibus incluyendo las escaleras de mismo.

- ▶ Prestar especial atención cuando se realiza el control visual de la unidad dado que los pisos pueden presentar desniveles.
- ▶ Tomarse del pasamanos cuando suba o baje las escaleras..
- ▶ Utilizar el calzado (**Elementos de Protección Personal - EPP**) seleccionado por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de este elemento.

Torceduras

- ▶ Mantener en buen estado de conservación los pisos del estacionamiento, como así también dentro del ómnibus incluyendo las escaleras del mismo.



- ▶ Se sugiere -en el caso de observar algún derrame de líquido en el piso de la playa de estacionamiento de la empresa (gasoil, aceite u otros)- se notifique a la misma para su limpieza inmediata, ya que este representa un riesgo de caídas.

Golpes

- ▶ La puerta del baño y compartimientos de la unidad deberían

abc

Los **EPP** son el conjunto de elementos y dispositivos diseñados para proteger las partes del cuerpo que se encuentran expuestos a riesgos durante el ejercicio de una labor (casco, guantes, antiparras, etc.).

De acuerdo a la anterior definición, un EPP debe cumplir con 3 premisas:

- Debe ser de uso personal e intransferible.
- Debe estar destinado a proteger la integridad física de la persona que lo usa.
- Deben estar debidamente certificados.

!

Mantener en buen estado de conservación los pisos del estacionamiento, como así también dentro del ómnibus incluyendo las escaleras de mismo.

ser de fácil apertura, en caso que estas presenten algún tipo de resistencia se debe informar para su reparación.

► Tener especial cuidado al realizar la carga o descarga ocasional de bultos con las salientes y los bordes de la bodega.

► Utilización del EPP que haya determinado el responsable de higiene y seguridad en el trabajo y el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de este elemento.

Conduce el ómnibus hasta la terminal

En esta etapa del proceso de trabajo, el trabajador conduce la unidad desde la playa de estacionamiento de la empresa hasta la terminal asignada. El riesgo principal es la colisión o choque que pueda sufrir el ómnibus con otros vehículos.

Descripción de los riesgos

Accidente: Choque

Exigencia biomecánica: Posturas estáticas

Buenas prácticas

Choque

En esta etapa el conductor está expuesto a uno de los riesgos más importantes de la actividad. Los choques o colisiones con camiones de cargas vehículos particulares o transporte automotor de pasajeros son unas de las causas más frecuentes de accidentes graves, donde se ven afectados tanto el conductor como terceros.

No puede mencionarse una única causa que desencadenen estos accidentes. Por el contrario la sumatoria de múltiples causas es lo que colabora con su ocurrencia: el estado de las rutas, las banquinas, la concentración de vehículos en la ruta, la falta de mantenimiento de la unidad (desperfectos técnicos), los factores geográficos, las particularidades de la época estival tales como las vacaciones de verano, los tiempos de cosecha o la quema de pastizales y los factores climatológicos como la presencia de bancos de niebla o tormentas que disminuyen la visibilidad y la fatiga como factor humano (fatiga, trabajo nocturno, control de tiempos).

Posturas estáticas

Durante el proceso de conducción la posición sentada mantenida por periodos de tiempo prolongados podría provocar molestias o dolores en la columna vertebral (especialmente en la zona lumbar)



Los choques o colisiones con camiones de cargas vehículos particulares o transporte automotor de pasajeros son unas de las causas más frecuentes de accidentes graves, donde se ven afectados tanto el conductor como terceros.

y músculos adyacentes, viéndose agravado en los casos de sobrepeso. A su vez, a causa de la falta de contracción y relajación de la musculatura de los miembros inferiores, podría verse comprometida la irrigación sanguínea.

► Se debe contar con los elementos de seguridad, dentro de los cuales es importante incluir: extintores manuales apropiados, botiquín de primeros auxilios, linterna, sistema de señalamiento de emergencia (chalecos reflectivos, conos y balizas reglamentarias), sumado al equipamiento de seguridad propio.

► En relación a las posición que adopta el cuerpo:

- Verificar la comodidad del asiento respecto a las distancias del torso al volante y de los pies a la pedalera.
- Mantener la espalda erguida y apoyar la columna sobre el respaldo.
- Controlar que los brazos no queden totalmente extendidos.

A continuación se detallan cuatro bloques del flujograma los cuales no conforman una estricta correlatividad entre sí.

Retira las planillas de pasajeros y encomiendas / Carga ocasional de bultos

Una vez que llega a la terminal, el conductor se dirige a la oficina para retirar las planillas de pasajeros y de las encomiendas, las cuales deben ser depositadas en la bodega del ómnibus, en el caso eventual que en la terminal no se disponga del personal correspondiente para efectuar la tarea de carga, tanto de encomiendas bultos y equipaje de los pasajeros, son los conductores quienes deberán asumir la tarea de guardar y acomodar estos en la bodega de la unidad. Comúnmente se realiza esta actividad con el ingreso de uno de ellos a la bodega, quien acomoda la carga mientras su compañero le alcanza la misma.

Carga ocasional de viandas

Ocasionalmente también puede ocurrir, si el servicio cuenta con refrigerio y/o viandas, que el conductor deba dirigirse a la oficina o depósito donde se encuentren almacenados dichos alimentos y trasladarlos hasta el ómnibus. Esto será realizado con un carro, para luego proceder a la carga de los mismo al interior del vehículo,



Se debe contar con los elementos de seguridad, dentro de los cuales es importante incluir: extintores manuales apropiados, botiquín de primeros auxilios, linterna, sistema de señalamiento de emergencia (chalecos reflectivos, conos y balizas reglamentarias), sumado al equipamiento de seguridad propio.

donde serán almacenados en el habitáculo del conductor hasta su distribución.

Control de pasajes

Una vez efectuadas estas tareas, el conductor se dispone a controlar el ingreso del pasajero al ómnibus con la especificación que señala la planilla, indicando la ubicación que corresponde a cada uno y a su vez realiza la entrega del refrigerio inicial.



Descripción de los riesgos

Exigencias biomecánicas: Movimiento manual de cargas, esfuerzos físicos.

Accidentes: Torceduras, caídas, golpes, agresiones por terceros.

Buenas prácticas

Movimiento manual de cargas

► Aconsejamos implementar programas de ergonomía integrado con la participación de ingeniería, ergonomía, servicio médico, higiene y seguridad y los trabajadores.

Esfuerzos físicos

► Prestar atención en la carga ocasional de bultos, al tamaño, forma o peso que estos presenten con el fin de solicitar ayuda para su levantamiento.



Consultar la resolución 295/03 - Anexo I, la cual contiene todo lo especificado sobre el tema.

▶ Tomarse el tiempo necesario, sin prisa, con el fin de no realizar sobreesfuerzo dado que esto podría traer trastornos musculoesqueléticos.

▶ Se deberá realizar el mantenimiento periódico del carro utilizado para el acarreo de las viandas, con el fin de evitar esfuerzos físicos por resistencia y/o mal funcionamiento del mismo.

Torceduras

▶ Tener especial cuidado al realizar la carga o descarga ocasional de los bultos, dado que en la realización de movimientos bruscos se podría ocasionar una torcedura en la muñeca.

▶ Observar cuidadosamente la superficie de apoyo antes de descender de la bodega, una vez finalizada la tarea de ordenar los bultos, con el fin que el descenso se realice en una superficie plana y firme para evitar torceduras en tobillos.

Caídas

▶ Utilizar el calzado (EPP) seleccionado por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de este elemento.

▶ Observar cuidadosamente la superficie de apoyo antes de descender de la bodega, una vez finalizada la tarea de ordenar los bultos, con el fin que el descenso se realice en una superficie plana y firme para evitar caídas.

▶ Sujetarse con ambas manos al descender de la bodega para evitar de esta manera la ocurrencia de caídas.

Golpes

▶ Utilización de los EPP que haya determinado el responsable de higiene y seguridad en el trabajo y el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de estos elementos.

▶ Realizar un reconocimiento visual previo al ingreso en la bodega, en la carga ocasional de bultos, para evitar lesiones que se puedan ocasionar mediante los parantes/perfiles/columnas que conforman la bodega.

Agresiones por terceros

▶ Tratar con respeto y consideración a los usuarios.

▶ Adoptar una postura amable y cordial con el fin de evitar enfrentamientos con el pasaje.



Se deberá realizar el mantenimiento periódico del carro utilizado para el acarreo de las viandas, con el fin de evitar esfuerzos físicos por resistencia y/o mal funcionamiento del mismo.

Importante

Los servicios que ofrezcan almuerzo y/o cena -con o sin servicio de a bordo- deberán proveer a sus trabajadores los elementos de protección personal (EPP) que haya determinado el responsable de higiene y seguridad en el trabajo y capacitarlos para el correcto uso de estos elementos. Como por ejemplo guantes resistentes al calor para la manipulación de los alimentos calientes que se distribuyen entre los pasajeros.

El mismo servicio de seguridad e higiene deberá proveer también los EPP adecuados para la manipulación de químicos durante la limpieza de los sanitarios.

Riesgos Químicos

Todo producto químico se debe identificar con un rotulo legible y debe ser almacenado de forma segura, como así también debe estar acompañado de una copia de la hoja o ficha de seguridad del producto y capacitar al conductor sobre estos, dado que en ella se indica entre otros cómo proceder en caso de emergencia por contaminación y/o intoxicación.

Dentro de los riesgos químicos aparece la posibilidad de la inhalación de gases, lo que podría generar una intoxicación con monóxido de carbono, debido al ingreso de gases de combustión en la cabina a través de filtraciones en la cabina o por el sistema de climatización, son todas situaciones que pueden ocurrir en casos de desperfectos mecánicos.

Inicio del servicio / conducción del ómnibus

El conductor comienza el viaje hacia el destino asignado, pudiendo este itinerario presentar paradas intermedias o ser expreso. Durante el trayecto del viaje los conductores realizan intervalos de conducción por periodo de dos a cuatro horas efectuando la rotación con su compañero, para lo cual se detiene estacionando el ómnibus y realiza un pequeño descanso.

Se retoma el viaje con la conducción del compañero hasta su próximo descanso y así consecutivamente hasta arribar a su destino final. Exceptuando los servicios con paradas intermedias.



Los servicios que ofrezcan almuerzo y/o cena -con o sin servicio de a bordo- deberán proveer a sus trabajadores los elementos de protección personal (EPP) que haya determinado el responsable de higiene y seguridad en el trabajo y capacitarlos para el correcto uso de estos elementos.



Descripción de los riesgos

Accidentes: Choque

Exigencia biomecánicas: Posturas estáticas

Buenas prácticas

Choques

En esta etapa final del proceso, el riesgo más importante por su impacto en la salud del trabajador, y en la sociedad en general. lo constituyen los choques o colisiones del transporte automotor de pasajeros con otros vehículos que circulan. Estos accidentes se producen por la sumatoria de múltiples factores que colaboran en su ocurrencia, el estado de las rutas, la falta de mantenimiento de la unidad (desperfectos técnicos), las particularidades de la época estival tales como las vacaciones de verano, invierno, los tiempos de cosechas o la quema de pastizales, los factores climatológicos como la presencia de bancos de niebla o tormentas que disminuyan la visibilidad y la fatiga que corresponde al factor humano (Fatiga, trabajo nocturno, control de tiempo etc..)

► Cumplir estrictamente de las leyes de tránsito.

► Evitar distracciones, como el uso de telefonía celular. Recordar que está prohibido por normas nacionales de tránsito conducir utilizando auriculares y sistemas de comunicación de operación manual continua, como por ejemplo telefonía móvil (Ley de Tránsito 24.449, Art. 48, Inciso x).



En esta etapa final del proceso, el riesgo más importante por su impacto en la salud del trabajador, y en la sociedad en general. lo constituyen los choques o colisiones del transporte automotor de pasajeros con otros vehículos que circulan.

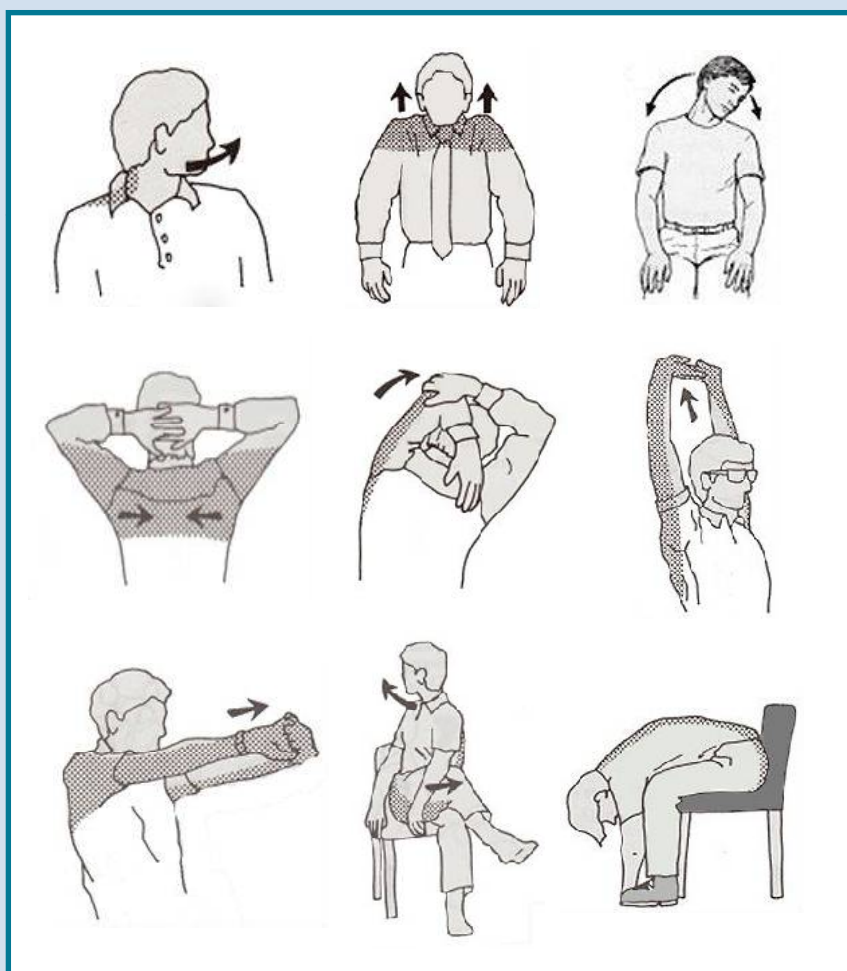
- ▶ Respetar la prohibición de escuchar radio.
- ▶ Respetar las horas de descanso.
- ▶ Detener el ómnibus ante los signos de fatiga. La fatiga es causal de un buen número de siniestros viales. La mayoría se producen entre las dos (2) y las cinco (5) horas de la madrugada.

Cómo reconocer el estado de fatiga

- ▶ Pérdida de concentración en la conducción.
- ▶ Realización de maniobras no pensadas con anterioridad.
- ▶ Pesadez en la vista y parpadeo frecuente.
- ▶ Sensación de pesadez de brazos y piernas, como si estuvieran dormidas.
- ▶ Reacciones lentas en la conducción.
- ▶ No podrá realizar los cambios de la marcha adecuadamente.
- ▶ No podrá leer e interpretar las señales de tránsito adecuadamente.
- ▶ Zumbido de oídos.
- ▶ Para realizar la rotación del chofer siempre debe encender las luces intermitentes de emergencia y luego detener el ómnibus.



Detener el ómnibus ante los signos de fatiga. La fatiga es causal de un buen número de siniestros viales. La mayoría se producen entre las dos (2) y las cinco (5) horas de la madrugada.



Los ejercicios repetidos y frecuentes de estiramiento muscular -a través de movimientos de torsión, lateralización, flexión y extensión de cuello, brazos, pecho y columna- deben realizarse en forma pausada y llevando la atención a la zona del cuerpo que se está trabajando. Esto favorece la relajación muscular, el flujo sanguíneo, transporte de oxígeno y liberación de tensiones de orden físico y mental.

Carga y descarga ocasional de bultos

En el caso de que el recorrido presente paradas intermedias con descenso y ascenso de pasajeros, realiza la carga y/o descarga del equipaje de estos, para luego continuar con el itinerario.

Descripción de los riesgos

Riesgos de exigencias biomecánicas: Movimiento manual de cargas, esfuerzos físicos.

Riesgos de accidentes: caídas, torceduras, golpes, agresiones por terceros.

Buenas prácticas

Movimiento manual de cargas

▶ Aconsejamos implementar programas de ergonomía integrado con la participación de ingeniería, ergonomía, servicio médico, higiene y seguridad y los trabajadores.

Esfuerzos físicos

▶ Prestar atención en la carga ocasional de bultos, al tamaño, forma o peso que estos presenten con el fin de solicitar ayuda para su levantamiento.

▶ Tomarse el tiempo necesario, sin prisa, con el fin de no realizar sobreesfuerzo dado que esto podría traer trastornos musculoesqueléticos.

▶ Se deberá realizar el mantenimiento periódico del carro utilizado para el acarreo de las viandas, con el fin de evitar esfuerzos físicos por resistencia y/o mal funcionamiento del mismo.

Caídas

▶ Utilizar el calzado (EPP) seleccionado por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de este elemento.

▶ Revisar la superficie de apoyo antes de descender de la bodega una vez finalizada la tarea, con el fin que el descenso se realice en una superficie plana y firme para evitar caídas.

▶ Sujetarse con ambas manos al descender de la bodega para evitar de esta manera la ocurrencia de caídas.

Torceduras

▶ Tener especial cuidado al realizar descarga o carga ocasional



Utilizar el calzado (EPP) seleccionado por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de este elemento.

de los bultos, dado que durante la realización de movimientos bruscos, se podría ocasionar una lesión en la muñeca.

► Observar cuidadosamente la superficie de apoyo antes de descender de la bodega, una vez finalizada la tarea, con el fin que el descenso se realice en una superficie plana y firme para evitar lesiones en tobillos.

Golpes

► Utilización de los elementos de protección personal (EPP) que haya determinado el responsable de higiene y seguridad en el trabajo y el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de estos elementos.

► Realizar un reconocimiento visual previo al ingreso en la bodega, en la carga ocasional de bultos, para evitar lesiones que se puedan ocasionar mediante los parantes/perfiles/columnas que conforman la bodega.

Agresiones por terceros.

► Tratar con respeto y consideración a los usuarios.
► Adoptar una postura amable y cordial con los pasajeros y/o terceros a fin de evitar enfrentamientos.

Conducción del ómnibus

Como indicábamos en el módulo anterior (Carga y descarga ocasional de bultos) una vez que se le entrega al pasajero su equipaje y/o bultos, se retoma la conducción nuevamente hasta el recambio de conductor.

Descripción de los riesgos

Riesgos de accidentes: Choque.

Riesgos de exigencia biomecánicas: Posturas estáticas, Esfuerzo o fuerza física.

Buenas prácticas

Choques

► El cumplimiento de las leyes de tránsito.
► Evitar distracciones, como el uso de telefonía celular. Recuerde que está prohibido por normas nacionales de tránsito conducir utilizando auriculares y sistemas de comunicación de operación manual continua (telefonía móvil) (Ley de Tránsito 24.449, Art. 48 Inc. x).



Evitar distracciones, como el uso de telefonía celular. Recuerde que está prohibido por normas nacionales de tránsito conducir utilizando auriculares y sistemas de comunicación de operación manual continua (telefonía móvil) (Ley de tránsito 24.449, Art. 48 Inc. x).

- ▶ Respetar la prohibición de escuchar radio.
- ▶ Respetar las horas de descanso.
- ▶ Detener el ómnibus ante los signos de fatiga. La fatiga es causal de un buen número de siniestros viales. La mayoría se producen entre las dos (2) y las cinco (5) horas de la madrugada.
- ▶ Para realizar la rotación del chofer siempre encender las luces intermitentes de emergencia y luego detener el ómnibus.

Posturas estáticas

Durante el proceso de conducción la posición sentada mantenida por periodos de tiempo prolongados podría provocar molestias o dolores en la columna vertebral (especialmente en la zona lumbar) y los músculos adyacentes, viéndose agravado en los casos de sobrepeso. A su vez, a causa de la falta de contracción y relajación de la musculatura de los miembros inferiores, podría verse comprometida la irrigación sanguínea.

- ▶ En cada descanso realizar ejercicios de recuperación para prevenir las exigencias biomecánicas y fatiga, estiramiento o elongación pasiva de cada parte del cuerpo posible.

Esfuerzo o fuerza física

- ▶ Prevenir dificultades de visión y problemas oculares causados por una iluminación inadecuada y por la tensión ocular provocadas tanto por el sol como por los encandilamientos (sobre todo al conducir en la oscuridad por dobles vías interurbanas).

- ▶ Se recomienda el uso de lentes de sol polarizados color caramelo, que relajan y brindan confort en los días de sol.

Cambio de conductor / Descanso del acompañante

Los conductores realizan intervalos de conducción por periodos de dos a cuatro horas efectuando la rotación con su compañero, para lo cual se detiene el ómnibus y se lo estaciona para luego efectuar el recambio del conductor A por el conductor B; habiendo realizado este cambio de choferes continúa con el itinerario el conductor B, retomado la conducción del servicio y comenzando el período de descanso el conductor A (ver diagrama de flujo).

Descripción de los riesgos

Posturas estáticas

Durante el proceso de conducción la posición sentada mantenida



Se recomienda el uso de lentes de sol polarizados color caramelo, que relajan y brindan confort en los días de sol.

por periodos de tiempo prolongados podrían provocar molestias o dolores en la columna vertebral (especialmente en la zona lumbar) y los músculos adyacentes, viéndose agravado en los casos de sobrepeso. A su vez, a causa de la falta de contracción y relajación de la musculatura de los miembros inferiores, podría verse comprometida la irrigación sanguínea.

Buenas prácticas

Posturas estáticas

► En cada descanso realizar ejercicios de recuperación para prevenir las exigencias biomecánicas y fatiga, estiramiento o elongación pasiva de cada parte del cuerpo posible.

Conducción del ómnibus

Modulo detallado anteriormente (ver flujograma).

Ocasional paradas de emergencia

Se debe tener en cuenta que durante el trayecto del viaje, pueda presentarse el caso fortuito en que el conductor se vea forzado a detener el ómnibus por cualquier situación ajena a la planificada con anterioridad, condiciones climáticas adversas como bancos de neblina (entre otras complicaciones climáticas), circunstancias sociales como cortes de rutas, piquetes etc, accidentes en la vía pública, etc. Estas situaciones se denominan “paradas de emergencia.”

Descripción de los riesgos

Riesgo de accidentes: Caídas, lesiones en muñecas y tobillos, quemaduras, picaduras, cortes, golpes, atrapamientos, atropellamientos, choques, agresiones por terceros, incendio, traumatismo de ojo.

Riesgos de exigencia biomecánicas: Posturas forzadas, esfuerzo o fuerza física.

Riesgos físicos: Gases (irritativos, tóxicos, inflamables, combustibles, explosivos, asfixiantes), humos (irritativos, tóxicos, asfixiantes) y Líquidos (irritativos, tóxicos, inflamables o explosivos).

Buenas prácticas

Caídas

► Utilizar el calzado (EPP) seleccionado por el responsable del



(...) a causa de la falta de contracción y relajación de la musculatura de los miembros inferiores, podría verse comprometida la irrigación sanguínea.

servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de este elemento.

► Observar cuidadosamente la superficie de apoyo antes de descender de la unidad una vez que estaciona en un lugar seguro, dado que al no ser una parada programada no se conoce la superficie del terreno donde se vean forzados a descender, con el fin que el descenso se realice en una superficie plana y firme para evitar caídas.

Torceduras

► En el caso que se presente la necesidad de tener que realizar descarga ocasional de bultos, no realizar movimientos bruscos, ya que estos podrían ocasionar lesiones en muñecas y tobillos.

► Observar cuidadosamente la superficie de apoyo antes de descender de la bodega, con el fin que el descenso se realice en una superficie plana y firme para de esta manera evitar torceduras en tobillos.

Quemaduras

► Utilizar los EPP seleccionados por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de estos elementos.

► Prestar especial atención en la realización de mecánica ligera, dado que ante esta situación se puede estar en contacto con piezas del motor u otras piezas que estuvieron expuestas a altas temperaturas.

Picaduras, mordeduras

El conductor puede sufrir picaduras de insectos o mordeduras de otros vectores o animales transmisores de enfermedades que se encuentren en el lugar donde se vio obligado a detener la unidad. Esto puede desencadenar reacciones alérgicas o enfermedades cuya gravedad dependerá del agente que intervenga (arañas, alacranes, escorpiones, roedores, perros, entre otros).

► Utilizar objeto lumínico (linterna) con el fin de alumbrar los lugares a transitar tanto al descender de la unidad en el caso que la luz natural no sea suficiente, como también si se debe acceder a la bodega o a cualquier lugar en el que no se cuente con luz necesaria como para poder visualizar el lugar sin dificultad.

► Evitar las zonas con pastizales altos que impidan visualizar la superficie a transitar, en el caso de ser posible.



Prestar especial atención en la realización de mecánica ligera, dado que ante esta situación se puede estar en contacto con piezas del motor que estuvieron expuestas a altas temperaturas.

Cortes

En las paradas de emergencia, ocasionalmente pueden ser producidas por algún desperfecto en la unidad por el cual el conductor deba realizar mecánica ligera.

▶ Utilizar los EPP seleccionados por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de estos elementos.

▶ Tener cuidado con las salientes y los bordes que encuadran el habitáculo donde se encuentra el motor.

Riesgos de accidentes: Golpes

▶ Utilizar las herramientas adecuadas para la tarea a realizar.

▶ Evitar el uso forzado de las herramientas.

▶ Las reparaciones deben ser realizadas con la iluminación necesaria para tal tarea.

▶ Antes de comenzar la tarea de reparación, realizar un reconocimiento visual del espacio donde se va a trabajar.

Atrapamiento

▶ Tomarse el tiempo necesario para evitar que el apresuramiento sea causa de accidentes, como no trabar correctamente la tapa que resguarda el motor, para evitar que en la realización de mecánica ligera se pueda caer la tapa del motor generando el atrapamiento del conductor.

Atropellamiento

▶ Visualizar por el espejo retrovisor que no circule ningún vehículo antes de descender del ómnibus.

▶ Evitar distracciones, como el uso de telefonía celular. Recuerde que está prohibido por normas nacionales de tránsito conducir utilizando auriculares y sistemas de comunicación de operación manual continua (Ley de Tránsito 24.449, Art. 48, Inc. x).

▶ Respetar la prohibición de escuchar radio.

▶ Respetar las horas de descanso.

▶ Detener el ómnibus ante los signos de fatiga. La fatiga es causal de un buen número de siniestros viales. La mayoría se producen entre las dos (2) y las cinco (5) horas de la madrugada.

▶ En el caso de mecánica ligera señalar con los conos/balizas.

▶ Utilizar chalecos reflectivos al descender del ómnibus.

Choques

▶ Respetar y ejercer el cumplimiento de las leyes de tránsito.



Tomarse el tiempo necesario para evitar que el apresuramiento sea causa de accidentes, como no trabar correctamente la tapa que resguarda el motor, para evitar que en la realización de mecánica ligera se pueda caer la tapa del motor generando el atrapamiento del conductor.

▶ Evitar distracciones, como el uso de telefonía celular. Recuerde que está prohibido por normas nacionales de tránsito conducir utilizando auriculares y sistemas de comunicación de operación manual continua (Ley de Tránsito 24.449, Art. 48, Inc. x).

▶ Respetar la prohibición de escuchar radio.

▶ Respetar las horas de descanso.

▶ Detener el ómnibus ante los signos de fatiga. La fatiga es causal de un buen número de siniestros viales. La mayoría se producen entre las dos (2) y las cinco (5) horas de la madrugada.

▶ Para realizar la rotación del chofer, siempre encender las luces intermitentes de emergencia y luego detener el ómnibus para efectuar dicha rotación.

Agresiones por terceros

▶ Tratar con respeto y consideración a los usuarios.

▶ Adoptar una postura amable y cordial con los pasajeros y/o terceros a fin de evitar enfrentamientos.

Incendio

▶ Realizar capacitación contra incendios con el asesoramiento del responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para actuar ante esta situación y adquirir el conocimiento necesario para la manipulación correcta en el uso de los elementos para combatir el fuego.

Traumatismo de ojo

▶ Utilizar los EPP seleccionados por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de estos elementos.

Posturas forzadas

Las posturas forzadas comprenden las posiciones del cuerpo fijas o limitadas, son aquellas posturas que sobrecargan los músculos y los tendones, son las posturas que cargan las articulaciones de una manera asimétrica, irregular y las posturas que producen carga estática en la musculatura.

En ocasiones existen actividades en las que el trabajador debe asumir una variedad de posturas inadecuadas que pueden provocarle un estrés biomecánico significativo en diferentes articulaciones y en sus tejidos blandos adyacentes. Las tareas con posturas forzadas implican fundamentalmente a tronco, brazos y piernas.



Adoptar una postura amable y cordial con los pasajeros y/o terceros a fin de evitar enfrentamientos.

Como medida complementaria y necesaria, el trabajador siempre debe recibir una formación específica en base a los riesgos que conlleva el trabajo que realiza y la manera de prevenirlos. Los trabajadores necesitan saber cómo ajustar los componentes y equipos de su puesto de trabajo, y adaptarlo a sus características individuales y tareas específicas y cómo aliviar la tensión muscular (periodos de descanso y de recuperación).

- ▶ Capacitar e informar a los trabajadores sobre los riesgos que se derivan de la exposición a posturas forzadas y de las medidas preventivas adoptadas.

- ▶ Investigar todas las lesiones producidas, incluidos los accidentes de trabajo por sobreesfuerzos y las enfermedades profesionales músculo esqueléticas, y aplicar las medidas correctivas necesarias.

- ▶ Realizar una vigilancia específica de la salud de los trabajadores expuestos a la aparición de trastornos músculo-esqueléticos para prevenir la aparición de lesiones.

- ▶ Adecuar las condiciones de trabajo a las limitaciones de los trabajadores afectados por trastornos músculo-esqueléticos.

Esfuerzo o fuerza física

- ▶ Realizar capacitaciones a los trabajadores sobre los riesgos que se derivan de la exposición al esfuerzo o fuerza física y de las medidas preventivas adoptadas.

- ▶ Prestar atención en el caso de tener que realizar carga o descarga ocasional de bultos, al tamaño, forma o peso que estos representen con el fin de solicitar ayuda y no sobre exigirse.

- ▶ Prevenir dificultades de visión y problemas oculares causados por una iluminación inadecuada y por la tensión ocular (sobre todo al conducir en la oscuridad por vías interurbanas).

- ▶ Prestar atención a los síntomas de molestias lumbares y dolores articulares (en piernas, manos y brazos) debidos a períodos de conducción prolongados, en ocasiones, por carreteras en mal estado. Con el fin de evitar trastornos músculo esqueléticos.

Gases (irritativos, tóxicos, inflamables, combustibles, explosivos, asfixiantes).

- ▶ Evitar permanecer por períodos prolongados en el lugar de emanación de gases por la combustión.



Prevenir dificultades de visión y problemas oculares causados por una iluminación inadecuada y por la tensión ocular (sobre todo al conducir en la oscuridad por vías interurbanas).

Humos (irritativos, tóxicos, asfixiantes)

► En caso fortuito de incendios (circuito eléctrico) evitar situarse en el foco de emanación de los humos provocados por el mismo.

Líquidos (irritativos, tóxicos, inflamables o explosivos)

► Si tuviera que manipular sustancias líquidas -como los que se utilizan en los sanitarios, en ocasional limpieza de los mismos o en el ejercicio de mecánica ligera- se recuerda el uso de los EPP que el Servicio de Higiene y Seguridad les hallan seleccionado y capacitado para el uso de los mismos.



Si tuviera que manipular sustancias líquidas - como los que se utilizan en los sanitarios, en ocasional limpieza de los mismos o en el ejercicio de mecánica ligera- se recuerda el uso de los EPP que el Servicio de Higiene y Seguridad les hallan seleccionado y capacitado para el uso de los mismos.

Descarga ocasional de bultos**Descripción de los riesgos**

Riesgos de exigencias biomecánicas: Movimiento manual de cargas, esfuerzos físicos.

Riesgos de accidentes: caídas, torceduras, golpes, agresiones por terceros.

Buenas prácticas

Movimiento manual de cargas

▶ Aconsejamos implementar programas de ergonomía integrado con la participación de ingeniería, ergonomía, servicio médico, higiene y seguridad y los trabajadores.

Riesgos de exigencia biomecánicas: Esfuerzos físicos

▶ Prestar atención en la descarga ocasional de bultos, al tamaño, forma o peso que estos presenten con el fin de solicitar ayuda para su levantamiento.

▶ Tomarse el tiempo necesario, sin prisa, con el fin de no realizar sobre esfuerzo dado que esto podría traer trastornos musculoesqueléticos.

Caídas

▶ Utilizar el calzado (EPP) seleccionado por el responsable del servicio de higiene y seguridad en el trabajo, el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de este elemento.

▶ Observar cuidadosamente la superficie de apoyo antes de descender de la bodega, una vez finalizada la tarea, con el fin que el descenso se realice en una superficie plana y firme para de esta manera evitar torceduras en tobillos.

▶ Sujetarse con ambas manos al descender de la bodega para evitar de esta manera la ocurrencia de caídas.

Torceduras

▶ Tener especial cuidado al realizar descarga o carga ocasional de los bultos, dado que en la realización de movimientos bruscos, podría ocasionar una lesión en la muñeca.

▶ Observar cuidadosamente la superficie de apoyo antes de descender de la bodega, una vez finalizada la tarea, con el fin que el descenso se realice en una superficie plana y firme para de esta manera evitar lesiones en tobillos.

Riesgos de accidentes: Golpes

▶ Utilización de los elementos de protección personal (EPP) que haya determinado el responsable de higiene y seguridad en el trabajo y el trabajador debe estar capacitado para el correcto uso de estos elementos.



Aconsejamos implementar programas de ergonomía integrado con la participación de ingeniería, ergonomía, servicio médico, higiene y seguridad y los trabajadores.

► Realizar un reconocimiento visual previo al ingreso en la bodega, en la carga ocasional de bultos, para evitar lesiones que se puedan ocasionar mediante los parantes/perfiles/columnas que conforman la bodega.

Riesgo de accidentes: Agresiones por terceros

► Tratar con respeto y consideración a los usuarios.
► Adoptar una postura amable y cordial con el fin de evitar enfrentamientos con los pasajeros.

Riesgos físicos no incluidos en el flujograma

En el flujograma del proceso de trabajo no fueron incluidos aquellos riesgos cuyos factores determinantes son las condiciones del ambiente de trabajo, ya que no se cuenta con mediciones oficiales sobre los mismos en Argentina. La comisión cuatripartita del sector consensuó realizar en el futuro estudios sobre estos riesgos para determinar la presencia de los mismos. En caso de que las mediciones señalen la existencia de riesgos como el ruido y las vibraciones estos serán incluidos en el flujograma de las ediciones futuras de este manual.

Ruido

El ruido es uno de los contaminantes laborales más comunes. Gran cantidad de trabajadores se ven expuestos diariamente a niveles sonoros potencialmente peligrosos para su audición, además de sufrir otros efectos perjudiciales en su salud.

En muchos casos es técnicamente viable controlar el exceso de ruido aplicando técnicas de ingeniería acústica sobre las fuentes que lo generan.

Entre los efectos que sufren las personas expuestas al ruido:

- Pérdida de capacidad auditiva.
- Acúfenos.
- Interferencia en la comunicación.
- Malestar, estrés, nerviosismo.
- Trastornos del aparato digestivo.
- Efectos cardiovasculares.
- Disminución del rendimiento laboral.



Gran cantidad de trabajadores se ven expuestos diariamente a niveles sonoros potencialmente peligrosos para su audición, además de sufrir otros efectos perjudiciales en su salud.

- ▶ Incremento de accidentes.
- ▶ Cambios en el comportamiento social.

Ventilación

El término ventilación es sinónimo de renovación del aire, cambiar el aire viciado o contaminado por aire limpio que procede del exterior.

El fundamento de las técnicas de ventilación general, es el suministro y extracción del aire de un recinto, de forma natural o mecánica. Con ello se persigue sustituir un aire de características no deseables (debido a humedad, temperatura, presencia de agentes químicos u olor desagradable, etc.) por otro cuyas características se consideren adecuadas para alcanzar unas condiciones ambientales aceptables.

Con el objetivo de evitar los riesgos para la salud y alcanzar un cierto grado de bienestar, todo lugar de trabajo debe cumplir unos requisitos mínimos en cuanto a ventilación general.

Vibraciones

La vibración es un fenómeno físico complejo que puede producir efectos nocivos en el cuerpo humano, desde la incomodidad o molestia hasta efectos negativos en los tejidos blandos y/o en el sistema circulatorio, pudiendo representar un riesgo para la salud o seguridad de los trabajadores.

En esta actividad pueden ser producidas por la misma unidad, por defectos en las carreteras, por diseño defectuoso del asiento del conductor o falta de mantenimiento de los sistemas de amortiguación y del mismo asiento.

Pudiendo generar en el trabajador trastornos musculoesqueléticos cuando se superan los valores.

Iluminación

La iluminación para cada tarea depende de varios factores, partiendo de las características visuales de cada trabajador, la precisión requerida para la tarea a realizar, el detalle del trabajo, la velocidad del movimiento de los objetos, el contraste, entre otros. De esta manera puede ser complejo asegurar una calidad óptima para cada puesto de trabajo.

Una buena práctica en cuanto al confort visual es lograr que la iluminación genere la menor molestia posible y sea efectiva a los fines de las tareas a realizar, considerando la preservación de la salud. Se debe evitar o reducir los reflejos molestos y las sombras.



La vibración es un fenómeno físico complejo que puede producir efectos nocivos en el cuerpo humano, desde la incomodidad o molestia hasta efectos negativos en los tejidos blandos y/o en el sistema circulatorio, pudiendo representar un riesgo para la salud o seguridad de los trabajadores.

El confort visual evita la fatiga ocular, contribuye a la concentración del trabajador durante su tarea y disminuye el riesgo de accidentes.

Recomendamos como medida preventiva para conducir utilizar elementos que impidan deslumbramiento en los días soleados, como gafas de sol polarizado, parasoles y otros, como así también disponer de espejos retrovisores exteriores adaptados para reducir lo máximo posible los ángulos muertos de visión.

7. Factores de la Organización del Trabajo

Los factores que derivan de la organización del trabajo se encuentran ponderados en diferentes magnitudes en los distintos países, ya sea en cuanto a la normativa para su diagnóstico, reparación y prevención, como en la posibilidad que los actores sociales relacionen ciertas patologías con la organización.

Dentro de las CyMAT, la organización del trabajo es una dimensión importante, ya que refiere a la modulación del empleador sobre el contenido de las tareas y el contexto en el que deben llevarse a cabo.

Los factores de la organización del trabajo pueden tener efectos tanto positivos como negativos. Cuando se considera que pueden alterar la salud, se conceptualizan como factores de riesgo.

Sin desconocer las características individuales que pueden preexistir al trabajador en el marco de su situación de trabajo, cuando la influencia de un factor psicosocial es intensa, es menor la importancia de la variabilidad individual. Cuando los factores de riesgo superan los recursos que a manera de defensa sostienen los trabajadores/as, generan efectos negativos en ellos/as y en la organización, y producen alteraciones a la salud, los cuales tienen efectos a nivel fisiológico, emocional, cognoscitivo, del comportamiento social y laboral.

A continuación se resumen los factores relacionados con la organización del trabajo. Los mismos se expresan de diferente manera según rama de actividad, empresa y los puestos de trabajo:

Tiempo de trabajo

Comprende todas aquellas disposiciones diagramadas por el empleador respecto de los tiempos (horarios, pausas y días) que el trabajador debe estar en condición de servicio.

Trabajo por turnos

Es una estrategia para ampliar las horas de producción o servicios de una empresa que puede afectar el ritmo circadiano del cuerpo humano y repercutir en la vida social de los trabajadores.

Ritmo de trabajo

Representa la velocidad con que la producción es llevada a cabo a los fines de obtener los productos o servicios.



Dentro de las CyMAT, la organización del trabajo es una dimensión importante, ya que refiere a la modulación del empleador sobre el contenido de las tareas y el contexto en el que deben llevarse a cabo.

Autonomía

Refiere a los márgenes que posee el trabajador para determinar por sí mismo algunos aspectos inherentes a la pauta de trabajo, tales como: el orden, los métodos, las pausas, el ritmo, los horarios, las vacaciones.

Carga mental

Tiene que ver con el contenido y la cantidad de tareas que un trabajador debe afrontar, relacionadas con el tiempo de trabajo disponible para hacerlo.

Modalidad salarial

Las remuneraciones representan una compensación por el esfuerzo realizado por el trabajador con el objetivo de transformar un producto u otorgar un servicio. En ocasiones el salario tiene componentes variables (horas trabajadas y/o franjas relacionadas con la productividad o "premios") cuyo peso puede implicar un riesgo para la salud.

Apoyo social /reconocimiento

Es un conjunto de situaciones que se manifiestan en las relaciones laborales vinculadas con la valoración horizontal y vertical de los trabajadores.

Cambios en el lugar de trabajo

Los cambios deben prepararse tecnológica y psicológicamente previo a su implementación.

Claridad de rol

Este término refiere a la posible ambigüedad en el reparto y asignación de tareas y funciones.

Conflicto de rol

Aparece como riesgo cuando los valores del trabajador se contradicen con el contenido de las tareas que debe realizar.

Posibilidades de desarrollo

Se verá influenciada por la existencia y grados de implementación de reconocimiento, carrera administrativa, escalafones o calificación otorgada por el empleador.



En ocasiones el salario tiene componentes variables (horas trabajadas y/o franjas relacionadas con la productividad o "premios") cuyo peso puede implicar un riesgo para la salud.

8. Sistema de Riesgos del Trabajo

8. Sistema de Riesgos del Trabajo

¿Qué es el Sistema de Riesgos del Trabajo?

Es uno de los componentes del Sistema de Seguridad Social Argentino. La **Ley de Riesgos del Trabajo N° 24.557** tiene como objetivos prevenir los riesgos en la actividad laboral y reparar los daños ocasionados por accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

¿Quiénes están cubiertos?

Obligatoriamente están cubiertos los funcionarios y empleados del sector público nacional, de las provincias y sus municipios y la Ciudad Autónoma de Buenos Aires; los trabajadores en relación de dependencia del sector privado; y las personas obligadas a prestar un servicio de carga pública. Es requisito que el trabajador se encuentre registrado, es decir, que trabaje “en blanco”.

¿Qué es un accidente de trabajo?

Es un hecho súbito y violento ocurrido en el lugar donde el trabajador realiza su tarea y por causa de la misma o en el trayecto entre el domicilio del trabajador y el lugar de trabajo o viceversa (in itinere), siempre que el damnificado no hubiere alterado dicho trayecto por causas ajenas al trabajo.

¿Qué es una enfermedad profesional?

Una enfermedad profesional es la producida por causa del lugar o del tipo de trabajo. Existe un Listado de Enfermedades Profesionales en el cual se identifican cuadros clínicos, exposición y actividades en las que suelen producirse estas enfermedades y también agentes de riesgo (factores presentes en los lugares de trabajo y que pueden afectar al ser humano, como por ejemplo las



Un accidente de trabajo es un hecho súbito y violento ocurrido en el lugar donde el trabajador realiza su tarea y por causa de la misma o en el trayecto entre el domicilio del trabajador y el lugar de trabajo o viceversa (in itinere), siempre que el damnificado no hubiere alterado dicho trayecto por causas ajenas al trabajo.



Para mayores precisiones consultar el Listado de Enfermedades Profesionales establecido por el Decreto N° 658/96, la norma modificatoria Decreto N° 1167/03 y el último Decreto N° 49/2014.

condiciones de temperatura, humedad, iluminación, ventilación, la presencia de ruidos, sustancias químicas, la carga de trabajo, entre otros).

Figuran en este listado varios tipos de cánceres; enfermedades relacionadas con disminución en la audición, con la realización de movimientos repetitivos específicos de la tarea realizada, con la exposición a radiación o a sustancias tóxicas; problemas en la piel, en los huesos, en músculos o tendones; enfermedades relacionadas con la voz, entre las principales.

Si la enfermedad no se encuentra en el Listado y se sospecha que es producida por el trabajo, hay que realizar la denuncia ante la Aseguradora de Riesgos del Trabajo (ART) o ante el Empleador Autoasegurado (EA).

Si la ART o el EA rechaza la denuncia o deriva al trabajador a la obra social, por considerar que la enfermedad no fue causada por el trabajo, será una Comisión Médica la que definirá si se reconoce la enfermedad profesional en ese caso.



Si la ART o el EA rechaza la denuncia o deriva al trabajador a la obra social, por considerar que la enfermedad no fue causada por el trabajo, será una Comisión Médica la que definirá si se reconoce la enfermedad profesional en ese caso.

¿Qué es una ART y qué funciones tiene?

Las Aseguradoras de Riesgos del Trabajo (ART) son empresas privadas contratadas por los empleadores para asesorarlos en las medidas de prevención y para reparar los daños en casos de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales.

Están autorizadas para funcionar por la Superintendencia de Riesgos del Trabajo y por la Superintendencia de Seguros de la Nación, Organismos que verifican el cumplimiento de los requisitos de solvencia financiera y capacidad de gestión.

Son funciones de las ART:

- ▶ Brindar todas las prestaciones que fija la ley: dinerarias y en especies.
- ▶ Efectuar los exámenes médicos periódicos para vigilar la salud de los trabajadores expuestos a riesgos.
- ▶ Visitar periódicamente a los empleadores para controlar el cumplimiento de las normas de prevención de riesgos del trabajo.
- ▶ Promover la prevención, informando a la SRT acerca de los planes y programas exigidos a las empresas.
- ▶ Mantener un registro de accidentabilidad por establecimiento.

- ▶ Informar a los interesados acerca de la composición de la entidad, de sus balances y de su régimen de alícuotas.
- ▶ Controlar la ejecución del Plan de Acción de los empleadores y denunciar ante la Superintendencia de Riesgos del Trabajo los incumplimientos.
- ▶ Brindar asesoramiento y asistencia técnica a los empleadores en materia de prevención de riesgos del trabajo.
- ▶ Denunciar los incumplimientos de los empleadores a la Superintendencia de Riesgos del Trabajo.

¿Qué es la SRT y qué funciones cumple?

La **Superintendencia de Riesgos del Trabajo** es el Organismo del Estado encargado de:

- ▶ Controlar el cumplimiento de las normas en Salud y Seguridad en el Trabajo colaborando con las administraciones provinciales que tienen la competencia en primer grado para intervenir y fiscalizar el cumplimiento de las normas laborales por parte de los empleadores (entre ellas las de higiene y seguridad). La Ley N° 25.212 ratificó el Pacto Federal del Trabajo suscripto entre el Poder Ejecutivo Nacional, los representantes de las provincias y de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires que así lo establece. La SRT colabora con esta función siendo su potestad los territorios federales.
- ▶ Controlar a las Aseguradoras de Riesgos del Trabajo (ART) y a los Empleadores Autoasegurados.
- ▶ Garantizar que se otorguen las prestaciones médico - asistenciales y dinerarias en caso de accidentes de trabajo o enfermedades profesionales.
- ▶ Promover la prevención para conseguir ambientes laborales sanos y seguros.
- ▶ Imponer sanciones previstas por la Ley de Riesgos del Trabajo N° 24.557 y normas concordantes. De la SRT dependen las Comisiones Médicas y la Comisión Médica Central.

¿Qué son las Comisiones Médicas (CM) y la Comisión Médica Central (CMC)?

Las Comisiones Médicas dependientes de la Superintendencia de Riesgos del Trabajo, se encargan de las siguientes funciones.



La SRT es el organismo encargado de controlar el cumplimiento de las normas de Salud y Seguridad en el Trabajo con competencia en los territorios federales y colaborar con las administraciones provinciales que tienen la competencia para intervenir y fiscalizar el cumplimiento de las normas laborales por parte de los empleadores (entre ellas las de higiene y seguridad).

- ▶ Determinar la disminución de la capacidad laboral de los trabajadores incorporados en el Sistema de Seguridad Social.
- ▶ Resolver las diferencias entre las ART y los trabajadores damnificados, sobre el accidente laboral o enfermedad profesional, tanto en el porcentaje de incapacidad como en el tratamiento otorgado.
- ▶ Determinar la naturaleza laboral del accidente o enfermedad; el carácter y grado de incapacidad; el contenido y alcance de las prestaciones en especie.

Funcionan Comisiones Médicas en todo el país y hay una Comisión Médica Central ubicada en la Ciudad de Buenos Aires que actúa ante la apelación del dictamen de una Comisión Médica. Están integradas por cinco médicos que son seleccionados mediante concurso público.

Derechos y obligaciones del trabajador

¿Cuáles son los derechos del trabajador?

- ▶ Trabajar en un ambiente sano y seguro.
- ▶ Conocer los riesgos que puede tener su trabajo.
- ▶ Recibir información y capacitación sobre cómo prevenir accidentes o enfermedades profesionales.
- ▶ Recibir los elementos de protección personal según su trabajo.
- ▶ Estar cubierto por una ART a través de la afiliación de su empleador.
- ▶ Conocer cuál es su ART.
- ▶ Si su empleador no tiene ART, o no lo ha declarado como empleado ante la misma, tiene derecho a denunciarlo ante la Superintendencia de Riesgos del Trabajo (SRT) para intimarlo a que se afilie o lo declare.



Si su empleador no tiene ART, o no lo ha declarado como empleado ante la misma, tiene derecho a denunciarlo ante la SRT para intimarlo a que se afilie o lo declare.

Derechos y obligaciones del empleador

¿Cuáles son los derechos del empleador?

- ▶ Recibir información de la ART sobre el régimen de alícuotas y sobre las prestaciones, así como también asesoramiento en materia de prevención de riesgos.

▶ Exigir a su ART la realización de los exámenes periódicos que correspondan y el cumplimiento de la asistencia médica y económica a sus trabajadores en caso de accidentes o enfermedades profesionales.

▶ Elegir una ART y cambiar de Aseguradora, luego de cumplir los plazos mínimos de afiliación.

¿Cuáles son las obligaciones del empleador?

▶ Estar afiliado a una ART o autoasegurarse (sólo si cumplen con los requisitos establecidos).

▶ Notificar a la ART la incorporación de nuevo personal.

▶ Informar a sus trabajadores a qué ART está afiliado.

▶ Cumplir con las normas de higiene y seguridad en el trabajo establecidas a través de las Leyes N° 19.587 y N° 24.557 y sus normativas complementarias.

▶ Informar a sus trabajadores de los riesgos que tiene su tarea y protegerlos de los mismos.

▶ Adoptar las medidas necesarias para prevenir riesgos en el trabajo.

▶ Proveer a sus trabajadores de los elementos de protección personal y capacitarlos para su correcta utilización.

▶ Capacitar a sus trabajadores en métodos de prevención de riesgos del trabajo.

▶ Realizar los exámenes médicos preocupacionales y por cambio de actividad (si dicho cambio implica el comienzo de una eventual exposición a agentes de riesgo), e informar los resultados de los mismos al trabajador.

▶ Solicitar a la ART la atención médica inmediata en caso de accidentes de trabajo o enfermedad profesional.

▶ Denunciar ante la ART los accidentes de trabajo o enfermedades profesionales que ocurran en su establecimiento.

▶ Denunciar incumplimientos de su ART ante la Superintendencia de Riesgos del Trabajo.



Realizar los exámenes médicos preocupacionales y por cambio de actividad (si dicho cambio implica el comienzo de una eventual exposición a agentes de riesgo), e informar los resultados de los mismos al trabajador.



/ MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS

0800-666-6778

www.srt.gob.ar

facebook/ **SRTArgentina**

twitter/ **@SRTArgentina**

Youtube/ **Superintendencia de Riesgos del Trabajo**



Bartolomé Mitre 755 (C1036AAM) - Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Teléfono: 011-4321-3500

CONSTRUIR PREVENCIÓN ENTRE TOD@S