

Punto de comprobación 24

Elabora un plan de trabajo que aborde los problemas de Seguridad y Salud en el Trabajo de la empresa

1. Referencia normativa

El Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo refiere entre las Disposiciones Generales para la Seguridad en el Trabajo:

- Contar con el plan de trabajo para la realización de las actividades.

La Secretaría del Trabajo y Previsión Social, en materia de seguridad y salud en el trabajo, establece la elaboración de un programa para evaluar y controlar los factores de riesgo y otro para la vigilancia a la salud de los trabajadores ocupacionalmente expuestos, como parte de las actividades incluidas en las Normas Oficiales Mexicanas:

- NOM-001-STPS-2008, Edificios, locales, instalaciones y áreas en los centros de trabajo. Condiciones de seguridad
- NOM-002-STPS-2010 Prevención y protección contra incendios en los centros de trabajo. - Condiciones de seguridad
- NOM-004-STPS-1999. Sistemas de protección y dispositivos de seguridad en la maquinaria y equipo que se utilice en los centros de trabajo
- NOM-005-STPS1998 Manejo, transporte y almacenamiento de sustancias químicas peligrosas
- NOM-006-STPS-2014, Manejo y almacenamiento de materiales - Condiciones de seguridad y salud en el trabajo.
- NOM-009-STPS-2011, Condiciones de seguridad para realizar trabajos en altura.
- NOM-020-STPS-2011, Recipientes sujetos a presión, recipientes criogénicos y generadores de vapor o calderas –Funcionamiento–. Condiciones de seguridad
- NOM-022-STPS2008 Electricidad estática en los centros de trabajo. - Condiciones de seguridad.
- NOM-027-STPS2008. Actividades de soldadura y corte. - Condiciones de seguridad e higiene
- NOM-029-STPS-2011 Mantenimiento de las instalaciones eléctricas en los centros de trabajo. Condiciones de seguridad
- NOM-035-STPS-2018 Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-Identificación, análisis y prevención
- NOM-036-1-STPS-2018 Factores de riesgo ergonómico en el trabajo-identificación, análisis, prevención y control

- NOM 010-STPS-1999, Manejo, transporte, proceso y almacenamiento de sustancias químicas capaces de generar contaminación en el medio ambiente laboral. Condiciones de seguridad e higiene.
- NOM-011-STPS-2001. Ruido en los centros de trabajo. Condiciones de seguridad e higiene.
- NOM-012-STPS-2012, Radiaciones ionizantes. Condiciones de seguridad y salud en los centros de trabajo donde se manejen fuentes de radiación ionizante.
- NOM-013-STPS-1993, Radiaciones electromagnéticas no ionizantes. Condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo donde se generen.
- NOM-014-STPS-2000, Exposición laboral a presiones ambientales anormales. Condiciones de seguridad e higiene.
- NOM-015-STPS-2001, Condiciones térmicas elevadas o abatidas. - Condiciones de seguridad e higiene
- NOM-024-STPS-2001, Vibraciones en los centros de trabajo. Condiciones de seguridad e higiene.
- NOM-025-STPS-2008, Condiciones de iluminación en los centros de trabajo.

2. ¿Qué es el Plan de trabajo que aborde los problemas de Seguridad y Salud en el Trabajo de la empresa?

Es un instrumento de planificación en el cual se ordena y sistematiza información en donde se pueda tener un panorama del trabajo a realizar, en este caso, sobre las acciones de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Existen diversas formas de realizar un Plan de trabajo, se pueden incluir:

- ✓ Objetivos.
- ✓ Metas.
- ✓ Actividades.
- ✓ Responsables.
- ✓ Cronograma.

Es importante señalar, que las actividades que se definan deben responder al qué, cómo, quién, cuándo, dónde y cuánto, y tener un indicador.



3. ¿Cómo realizar el Plan de trabajo que aborde los problemas de seguridad y salud en el trabajo de la empresa?

Una vez identificados los factores de riesgo presentes en el medio ambiente de trabajo, las enfermedades que prevalecen en los trabajadores y cómo prevenirlos, a través del Diagnóstico de seguridad y salud en el trabajo (consultar el material de apoyo), se requerirá de establecer las actividades que se ejecutarán en el Plan de Trabajo de forma anual.

Para elaborarlo puede contener algunos de los siguientes rubros:

a) Objetivo

Definir qué se quiere lograr exactamente, cuál es la meta y en qué tiempo.

Las metas son más generales, mientras que los objetivos son mucho más específicos y deben estar estipulados cronológicamente en el calendario de planificación.

Para los objetivos se puede utilizar el método SMART (por sus siglas en inglés):

- Específico: bien detallado.
- Medible: cuantificable.
- Alcanzable: realista.
- Relevante: lo más importante.
- Tiempo limitado: estipular fecha específica en calendario.

b) Introducción y antecedentes.

- Con esto se pueden conocer fases, motivaciones, experiencias para determinar el proceso a seguir.

c) Lista de recursos.

- Con los que ya se cuentan y los que se necesitan para alcanzar los objetivos.

d) Definir las limitaciones, obstáculos y cómo se pueden solventar.

e) Determinar a los responsables que se encargarán de cada una de las tareas.

f) Plasmar las estrategias por escrito:

- Listado de actividades específicas, integrando todos los procesos, como capacitación, exámenes médicos, recorridos, entre otros.
- Construir indicadores para cada actividad.
- Establecer fechas de cumplimiento en el calendario (cronograma).

Por ejemplo:

Factor de riesgo a vigilar y controlar: carga física

Objetivo: Contrarrestar las actividades de riesgo que condicionan sobreesfuerzos.

Meta: Disminuir en 70% las lesiones por sobreesfuerzos.

Intervención sobre las condiciones y lugar de trabajo

Actividades	Responsable	Fecha		Indicador
		Qué/Cómo	Quién	
Análisis de riesgos ergonómicos	Ing. Gómez	15/06/2022	15/07/2022	Análisis realizados X 100 Análisis planeados
	Lic. Beltrán			
Supervisión	Lic. Beltrán	16/03/22	16/12/22	4 al año
Capacitación en manejo de cargas	Ing. Fernández	02/01/2022	30/12/2022	Trabajadores capacitados X 100 Trabajadores convocados

Intervención sobre las condiciones de salud

Actividades	Responsable	Fecha		Indicador
		Qué/Cómo	Quién	
Examen médico periódico	Dr. Benavides	15/01/2022	15/12/2022	2 al año
Capacitación en higiene de columna	Dr. Benavides	15/01/2022	15/12/2022	Trabajadores capacitados X 100 Trabajadores expuestos a cargas

En el cronograma anual se pueden incluir de forma general todos los procesos o áreas y por separado cada área contará con el suyo, por ejemplo:

Plan de trabajo anual														
Actividad	Estatus	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Responsable
Análisis y Recorridos (ergonomía)	Prog.						Almacén	Producción						Lic. Beltrán
	Real.													
Capacitación	Prog.	Manejo cargas		Higiene columna			NOM 36	NOM 10						Ing. Gómez Ing. Luna Lic. Sánchez
	Real.													
Exámenes médicos	Prog.	Almacén	RRHH	Chofers			Empaque	Línea 2						Dr. Benavides
	Real.													
Supervisión	Prog.													Jefes de Procesos
	Real.													
Mantenimiento	Prog.			Línea 1				Línea 2						Tec. Hernández Ing. Nuñez
	Real.													



4. Puntos relevantes/buenas prácticas

- Anualmente, la Gerencia debe realizar un análisis de los objetivos planteados y sus resultados para determinar si se eliminan o implementan otros objetivos y metas o se continúa con los mismos, esto con la visión de llegar a la mejora continua.
- En dicho análisis será importante lo siguiente:
 - ✓ Seguimiento del resultado de los indicadores.
 - ✓ Observancia de los planes propuestos.
 - ✓ Recursos disponibles.
 - ✓ Efectividad de los sistemas de vigilancia.
 - ✓ Resultados de las investigaciones de incidentes, accidentes y enfermedades.
 - ✓ Entre otros.
- Posteriormente se crearán las acciones correctivas y preventivas que contribuyan a cumplir los objetivos y las metas, a través de la realización de ajustes en la política, establecer nuevas responsabilidades a las líneas de mando, definir nuevas competencias y necesidades de entrenamiento, así como proveer nuevos recursos para lograr un control efectivo de los riesgos prioritarios, entre otras.
- Las conclusiones del análisis deben registrarse y, a su vez, transmitirlas a las personas responsables de los procesos y personal de salud ocupacional, de existir.





ELSSA
ENTORNOS LABORALES
SEGUROS Y SALUDABLES



5. Referencias bibliográficas

Consejo de Salud Ocupacional. (s/f). Guía para la elaboración del Programa de Salud Ocupacional. Recuperado en 30 de marzo 30, 2022, del Ministerio de Trabajo y Seguridad. Sitio web:

https://www.cso.go.cr/documentos_relevantes/manuales_guias/guias/Guia%20Programa%20Salud%20Ocupacional.pdf

Grupo gestión del talento humano. (2019). Plan de trabajo anual en seguridad y salud en el trabajo. Recuperado en 30 de marzo 30, 2022, del Instituto Nacional de Salud en Colombia Sitio web:

<https://www.ins.gov.co/Transparencia/SiteAssets/Paginas/planeacion/MIPG/PLAN%20SST.pdf>

OIT. (s/f). ¿Cómo gestionar la seguridad y salud en el trabajo? Recuperado en marzo 30, 2022, de la Organización Internacional del Trabajo. Sitio web: <https://www.ilo.org/global/topics/labour-administration-inspection/resources-library/publications/guide-for-labour-inspectors/how-can-osh-be-managed/lang-es/index.htm#ch3>

STPS. (Noviembre 23, 2018). Norma Oficial Mexicana NOM-036-1-STPS-2018, Factores de riesgo ergonómico en el Trabajo-Identificación, análisis, prevención y control. Parte 1: Manejo manual de cargas. Recuperado en abril 26, 2022, de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social. Sitio web: dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5544579&fecha=23/11/2018

STPS. (2014). Reglamento Federal de Seguridad y Salud en el Trabajo. Recuperado en diciembre, 2021, de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social. Sitio web: http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5368114&fecha=13/11/2014