

Preguntas Frecuentes del Programa Entornos Laborales Seguros y Saludables:

Plataforma ELSSA

1. ¿Qué es Entornos Laborales Seguros y Saludables?

Es un programa de salud voluntario con enfoque tripartito, diseñado por y para las empresas que busca implementar acciones y estrategias dentro del IMSS, las empresas y por parte de organizaciones obreras para mejorar la salud y el bienestar de las personas trabajadoras, orientar la toma de decisiones saludables en los entornos saludables, crear condiciones de trabajo óptimas para la salud de las personas trabajadores y su comunidad, así como para la productividad laboral.

2. ¿Dónde me puedo documentar para entender mejor lo que debemos hacer cumplir con los Listados de Comprobación?

Los materiales de apoyo para Entornos Laborales Seguros y Saludables estarán disponibles en el apartado “Material de apoyo” de la Plataforma ELSSA/NN, y se irán actualizando para abarcar la totalidad de temáticas asociadas a los listados de comprobación.

3. ¿Es necesario completar todas las líneas en una sola ocasión?

No, se puede avanzar conforme se apliquen las mejoras a los centros de trabajo y se pueden desarrollar las líneas que mejor apliquen a la empresa.

4. ¿Qué debo hacer si mi autoevaluación no tiene un porcentaje de avance adecuado?

Te invitamos a hacer las mejoras correspondientes y una vez que se encuentren implementadas te invitamos a reintentar tu autoevaluación para mejorar el porcentaje de avance.

5. ¿Qué documentos se obtienen al finalizar las autoevaluaciones de las diferentes líneas?

Al finalizar las autoevaluaciones se obtendrá una constancia en formato de documento portable (PDF) con un código QR de identificación única.

6. ¿Tengo que realizar Entornos Laborales Seguros y Saludables para poder continuar con las actividades económicas de la empresa?

No, el programa de Entornos Laborales Seguros y Saludables es independiente, sin embargo, consideramos importante que las empresas puedan implementar las acciones de mejora que ofrecen los componentes del programa.

7. ¿Existen otros recursos educativos que podamos consultar?

Sí, puedes realizar los cursos de Entornos Laborales Seguros y Saludables en www.climss.imss.gob.mx Los cursos son en línea y gratuitos, están disponibles para toda la población, independientemente de su afiliación.

8. ¿A quién puedo acudir si tengo alguna duda?

Puedes consultar en el Centro de Contacto al teléfono **800 95 30 129**, en horario de 8:00 a 20:00 horas de lunes a viernes, y sábado, domingos y días festivos de

8:00 a 14:00 horas.

9. ¿El IMSS brindará asesoría a las empresas para Entornos Laborales Seguros y Saludables?

Sí, llama al 800 95 301 29 para que te den la información del personal de salud en el trabajo del Estado y servicios de bienestar disponible para tu empresa.

10. ¿En dónde se deben reportar los errores que aparezcan dentro de la Plataforma?

Para aclaraciones y reporte de errores deberán comunicarse al Centro de Atención telefónica, al **800 95 301 29**.

11. Si no tengo ningún trabajador dado de alta, ¿Puedo registrarme en la plataforma?

No, no podrá registrarse, ya que no existe una relación obrero-patronal.

Prevención de Accidentes de Trabajo en Mano y Tobillo

12. ¿Qué es un análisis de riesgos?

Es la aplicación de uno o más métodos específicos para identificar, evaluar y generar alternativas de control de los riesgos significativos asociados con los procesos y equipos críticos.

13. ¿Qué es un centro de trabajo?

Es todos aquellos lugares tales como edificios, locales, instalaciones y áreas, en los que se realicen actividades de producción, comercialización, transporte y almacenamiento o prestación de servicios, o en el que laboren personas que estén sujetas a una relación de trabajo.

14. ¿Qué NORMA Oficial Mexicana que habla de los Sistemas de protección y dispositivos de seguridad en la maquinaria y equipo?

La NOM-004-STPS-1999.

15. ¿Qué es una actividad peligrosa?

Conjunto de tareas derivadas de los procesos de trabajo, que generan condiciones inseguras y capaces de provocar daños a la salud de los trabajadores o al centro de trabajo.

16. ¿Qué es Peligro?

Son las características o propiedades intrínsecas de los agentes o condiciones presentes en el ambiente laboral. Su grado de peligrosidad se obtiene al evaluar la potencialidad del efecto que pueden generar o provocar dichas características o propiedades de los agentes o condiciones.

17. ¿Qué es una Línea de vida?

Es un segmento de material flexible que, junto con un absorbedor de energía, se utiliza como elemento de unión o conexión, en caso de caída de un trabajador.

18. ¿Qué es el Mantenimiento de las instalaciones eléctricas?

Es todas aquellas actividades relacionadas con la revisión, montaje, desmontaje, manipulación y servicios proporcionados a las instalaciones eléctricas para la conservación de sus características operativas y de diseño en forma segura y confiable.

19. ¿Qué Personas deben realizar mantenimiento de las instalaciones eléctricas?

Personal autorizado que conocen y aplican los procedimientos de y cuentan con la autorización por escrito del patrón para realizar estas actividades.

20. ¿Qué es un diagrama unifilar?

Es una representación gráfica en un plano, de los distintos elementos de una instalación eléctrica.

21. ¿Qué es una hoja de Datos de Seguridad?

Es la información sobre las características intrínsecas y propiedades de las sustancias químicas o mezclas, así como de las condiciones de seguridad e higiene necesarias, que sirve como base para el desarrollo de programas de comunicación de peligros y riesgos en el centro de trabajo.

22. ¿Qué es la Incompatibilidad de sustancias químicas?

Son aquellas sustancias de elevada afinidad cuya mezcla provoca reacciones violentas, tanto por calentamiento, como por emisiones de gases inflamables o tóxicos.

23. ¿Qué es el equipo de protección personal (EPP)?

Es el conjunto de elementos y dispositivos de uso personal para proteger al trabajador de accidentes y enfermedades, que pudieran ser causados por agentes o factores generados con motivo de la realización de sus actividades de trabajo. Ejemplos, goggles, casco de seguridad, guantes, zapatos de seguridad, etc.

Prevención de Trastornos Músculo Esqueléticos en Espalda

24. ¿Qué es un análisis de factores de riesgo ergonómicos y cómo se realiza?

El análisis de los factores de riesgo ergonómico deberá estar integrado por la identificación de las actividades que puedan generar un riesgo ergonómico para la salud, la estimación simple del nivel de riesgo o evaluación rápida y en caso necesario la evaluación específica del nivel de riesgo

25. ¿Qué es un factor de riesgo ergonómico?

Se refiere al sobre esfuerzo físico, movimientos repetitivos o posturas forzadas que ocurren durante las actividades realizadas en el puesto de trabajo y que pueden generar efectos negativos sobre la salud.

26. ¿Masa máxima es igual a peso máximo?

Para fines de manejo de cargas sí.

27. ¿A qué equipo auxiliar se refiere para empujar o jalar cargas?

Para efectos de la NOM-036-1-STPS-2018, quedan incluidos como tales las carretillas, diablos y patines, entre otros.

28. ¿Un fisioterapeuta o una enfermera, puede encargarse de realizar la vigilancia a la salud de los trabajadores?

No, de acuerdo con la NOM-036-1-STPS-2018 el responsable de realizar la vigilancia a la salud de los trabajadores debe de ser un médico con conocimientos en medicina del trabajo, sin embargo, sí pueden colaborar con el médico en el programa de vigilancia.

29. ¿Qué es el DC-3 y cómo se obtiene?

El DC3 es una constancia de habilidades o constancia de competencias laborales y es emitido por un agente capacitador con registro ante la STPS.

30. ¿Qué es una pausa activa?

Una pausa activa o saludable se refiere a destinar un periodo de tiempo de entre 5 a 10 minutos aproximadamente cada 2 horas para realizar actividad física en el sitio de trabajo (cubículo, oficina, silla, etc.). Se sugieren actividades como movimientos articulares, estiramientos o incluso una pequeña caminata dentro del mismo sitio.

Promoción de la Salud y Bienestar

31. ¿Qué es un promotor de la salud y bienestar?

Se refiere a aquel personal que de manera voluntaria se formó con el curso virtual de la plataforma CLIMSS “Programa de Promotores de Ambientes Laborales Saludables IMSS” ingresando a la comunidad de promotores para aplicar los conocimientos adquiridos dentro de su centro laboral.

32. ¿A qué se refieren con el término productos ultraprocesados?

Son formulaciones a base de sustancias extraídas o derivadas de alimentos, contienen aditivos que dan color, sabor o textura para intentar imitar a los alimentos. Ejemplo de lo anterior son bebidas azucaradas (refrescos), jugos de caja, galletas, pastelitos, papas fritas, entre otros.

33. ¿A qué se refieren con comedor laboral saludable?

Dependiendo del tamaño de la empresa puede entenderse como:

- 1.- Un espacio físico dentro de la instalación que cuente con los insumos necesarios para calentar y consumir alimentos, con acceso a agua potable y libre de oferta de ultraprocesados.
- 2.- Un espacio físico dentro de la instalación donde se proporcionen el servicio de alimentos con dieta balanceada a los trabajadores que así lo deseen y/o cuente con los insumos necesarios para calentar y consumir alimentos, así como acceso a agua potable.

34. ¿Qué es ChkT en línea?

Es una herramienta digital, disponible en dispositivos electrónicos (computadora, celulares, Tablets), que a través de un cuestionario permite identificar factores de riesgo para enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión o cáncer.

36. ¿A qué se refieren con un espacio exclusivo para lactancia materna?

Un espacio físico higiénico, privado, confortable, tranquilo y accesible que exclusivamente este destinado amamantar, o extraer y conservar la leche.

37. ¿Qué son facilidades para amamantamiento o extracción de leche?

Se refiere a flexibilizar las opciones tanto de extracción de leche o amamantamiento durante la jornada laboral. Recuerda que por ley las mujeres lactantes tienen derecho a dos descansos extraordinarios de 30 min cada uno por día durante los primeros 6 meses. Recuerda la necesidad de un espacio exclusivo para la lactancia o la opción de recorrer el horario de salida 1 hora. Lo anterior se puede continuar de manera opcional para la lactancia complementaria (6 meses hasta los 24 meses).

39. ¿Dónde puedo encontrar información para instalar un lactario?

La Guía para la instalación y funcionamiento de salas de lactancia contiene todas las recomendaciones para establecer un lactario dentro de su centro de trabajo. Puede ser consultada en el siguiente link:

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/613760/Guia_de_Lactancia_Materna_en_el_Lugar_de_Trabajo.pdf

Acciones para las mujeres derechohabientes

40. ¿Existe un listado de comprobación para acciones enfocadas en la salud y el bienestar de las mujeres?

Se incluirá un listado de comprobación para este componente ELSSA durante la primera mitad del 2022. Esta actualización también incorporará muchos más materiales de apoyo, guías, cursos en línea y otros recursos para facilitar la implementación de estrategias y acciones para la salud y el bienestar de las mujeres derechohabientes.

Congreso Internacional ELSSA

41. ¿Qué es el Congreso Internacional ELSSA?

El Congreso Internacional ELSSA, es un evento que se llevará a cabo de manera anual con los objetivos de impulsar la salud de las personas trabajadoras, vincular a empresas, sindicatos, gobiernos, sociedad civil y la academia para mejorar la salud y el bienestar de las personas trabajadoras. El Congreso será un espacio

para discutir viejos y nuevos problemas de Salud en el Trabajo y Bienestar Social, en México y el Mundo y presentar soluciones exitosas e innovadoras a estos problemas.

El primer congreso tendrá lugar en la Cd. de Monterrey, Nuevo León, e incluirá participaciones del IMSS, la OIT, OPS, líderes de industria y de organizaciones obreras, así como a empresas ELSSA que tengan programas sobresalientes en beneficio de las personas trabajadoras.

42. ¿Para quién está dirigido el Congreso?

Líderes de Industria, Administradores/as y Directivos/as de empresas, profesionales y expertos de salud ocupacional y ciencias ambientales, diseñadores de política y gestión públicas, representantes sindicales y de instituciones obreras, así como trabajadores/as interesadas.

43. ¿Cómo puedo participar en el Congreso?

Si eres una empresa ELSSA y deseas participar puedes contactarnos usando las líneas de apoyo dentro de la Plataforma ELSSA con el tema "Participación en el Congreso ELSSA" y el equipo de organización se pondrá en contacto contigo.

e-ELSSA e interoperabilidad de sistemas internos del IMSS

44. ¿Qué significa e-ELSSA, e interoperabilidad

e-ELSSA se refiere a las actividades de promoción de aplicaciones digitales existentes, así como la búsqueda y desarrollo de tecnologías que contribuyan a la adopción de comportamientos saludables y acciones de bienestar, por ejemplo, la reducción de riesgos cardiovasculares, riesgos psicosociales y ergonómicos. El IMSS también está fortaleciendo la interoperabilidad de la infraestructura informática para poder prestar servicios de manera holística y con mayor calidad a las personas trabajadoras.

45. ¿Qué tengo que hacer como empresa para cumplir con esta línea de acciones?

La gran parte de las acciones en esta línea están siendo desarrolladas dentro del IMSS y serán puestas a disposición de las empresas en cuanto se vayan desarrollando. Sin embargo, las empresas si pueden aportar como promotores de la oferta digital que ya existe en el IMSS en su población trabajadora.

¡Visiten el portal <http://www.imss.gob.mx/imssdigital> para más información!