Office Safety Meeting Kit – Spanish

QUÉ ESTÁ EN RIESGO

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

CUÁL ES EL PELIGRO

IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS EN LA OFICINA

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

CUATRO PELIGROS FÍSICOS EN LA OFICINA

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

1. **La temperatura.** Gestión de los riesgos de temperatura en la oficina:

   - Consultar a los empleados cuál consideran que es la temperatura adecuada para sus zonas de trabajo.
   - Recuerde a los empleados que lleven ropa adecuada a la oficina, especialmente en verano y en invierno.
   - Compruebe siempre si el sistema de aire acondicionado funciona correctamente y regúlelo en consecuencia.
   - Controle la luz solar directa con persianas y celosías.
   - Consulte las directrices sobre el control de la temperatura en el lugar de trabajo de su país.

- Optimice el gradiente térmico en función de la distribución de la oficina.

1. **Calidad del aire interior y ventilación.** Gestión de los riesgos para la calidad del aire en la oficina:

   - Auditorías de la calidad del aire interior para evaluar el cumplimiento de los umbrales de contaminación atmosférica aceptados.
   - Garantizar el mantenimiento, la limpieza y la filtración adecuados del sistema de ventilación, calefacción y aire acondicionado.
   - Programar periódicamente la limpieza de la oficina.
   - Cumplir con las políticas de fumadores de la oficina y del edificio.
   - Si hay cocina en la oficina, recuerde a los empleados que deben almacenar los alimentos adecuadamente y tirarlos antes de que se estropeen.

1. **Ruido.** Gestión de los riesgos derivados del ruido en la oficina:

   - Si es posible, aplique controles técnicos durante la fase de diseño e intente elegir elementos que reduzcan el ruido al nivel mínimo aceptable.
   - Respete los límites de nivel sonoro aceptables establecidos en las respectivas leyes de salud y seguridad en el trabajo de su país.
   - Identifique las fuentes, trayectorias y niveles de sonido. Una vez identificados, priorice el control de los niveles sonoros más excesivos.
   - Coloque una barrera entre la fuente de ruido y el empleado (por ejemplo, paredes o cortinas acústicas).
   - Realice un mantenimiento periódico de las máquinas y equipos. Considere la posibilidad de añadir silenciadores acústicos, aislantes de vibraciones o silenciadores de conductos.

1. **Resbalones, tropiezos y caídas.** Gestión de los riesgos de resbalones, tropiezos y caídas en la oficina:

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

COMO PROTEGERSE

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

Desarrolle una estrategia basada en la cultura y no en las políticas. Los lugares de trabajo de oficina que realmente quieren resolver la causa de raíz de las condiciones inseguras deben darse cuenta de que, más que los “qué hacer y qué no hacer” y las señales de seguridad, es la cultura que construyen la que ayudará a mejorar la seguridad de la oficina en general. Los líderes deben desarrollar una estrategia que ayude a los empleados a comprender el verdadero valor de la seguridad y la salud en la oficina en sus vidas y les motive para ir más allá del cumplimiento.

Identificar (o crear) campeones de la seguridad en la oficina. Los campeones de la seguridad en el lugar de trabajo son el corazón y el alma de una sólida cultura de la seguridad en la oficina. Son empleados apasionados dispuestos a tomar iniciativas y a guiar a sus compañeros con el ejemplo.

Utilice todos los medios para comunicar los objetivos con claridad. Utilice todos los medios posibles, incluidos el correo electrónico, las reuniones y los tablones de anuncios, para

comunicar constantemente los objetivos de seguridad y salud de la oficina.

Capacite a los empleados. La capacitación es un medio eficaz para formar a los empleados en técnicas básicas de seguridad, como la identificación adecuada de peligros, la evaluación de riesgos y la notificación de incidentes.

Utilice el refuerzo positivo para recompensar a los empleados. Celebre las victorias, pequeñas o grandes, basadas en la mejora de los datos y las auditorías de seguridad de la oficina; comunique los resultados y reconozca a los responsables. Esta estrategia garantiza que los incidentes en la oficina se reducen por las razones correctas y anima a los empleados a ir más allá del mero cumplimiento de las normas de seguridad de la oficina.

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

Garantice la sucesión oportuna de los campeones de la seguridad. Los trabajadores desempeñan un papel fundamental en la construcción de los cimientos de una cultura sostenible de seguridad y salud en la oficina. Asegúrese de que se celebran periódicamente debates adecuados sobre el trabajo, de modo que la cultura evolucione con las ideas útiles de los empleados. Con un esfuerzo desde la base, las oficinas pueden desarrollar una cultura de seguridad y salud que perdure.

CONCLUSIÓN

La seguridad en el entorno laboral tradicional de cuello blanco y la seguridad en la industria manufacturera, el petróleo y el gas y la construcción evocan imágenes muy diferentes. Pero los efectos y resultados de la falta de seguridad en el lugar de trabajo afectan

de manera sustancial a los trabajadores de ambos sectores.