



Seguridad y Salud en los Centros de Cuido para Personas de Edad Avanzada

OFICINA CENTRAL

Administración de Seguridad y Salud Ocupacional de Puerto Rico (PR OSHA)
División de Programas Voluntarios
Edificio Prudencio Rivera Martínez
505 Avenida Muñoz Rivera, Piso 20
Hato Rey, Puerto Rico 00918

787-754-2172

Fax: 787-767-6051 / 282-7975

OFICINAS DE ÁREA

ARECIBO

787-878-0715 / 879-4633

Fax: 787-878-1147

CAGUAS

787- 746-7970 / 743-5344

Fax: 787- 258-1737

CAROLINA

787- 768-2800 / 768-2937

Fax: 787- 750-4515

MAYAGÜEZ

787- 832-4593 / 833-2018

Fax: 787- 832-5650

PONCE

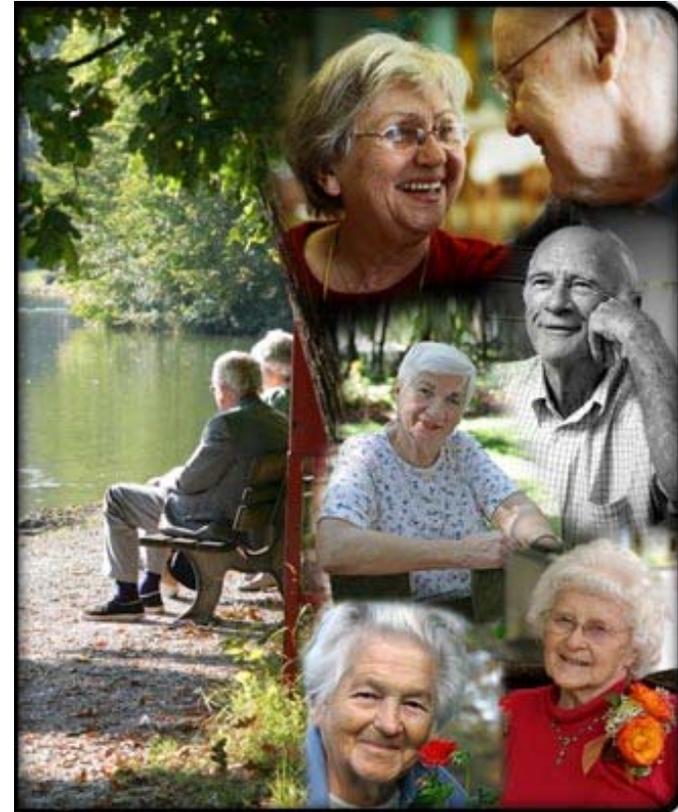
787- 842-9060 / 840-4420

Fax: 787- 259-7701

SAN JUAN

787- 754-9416 / 754-9420

Fax: 787- 764-1427



PR OSHA 038

Introducción

El propósito de la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo de Puerto Rico, Ley Núm. 16 de 1975, es “garantizar condiciones de trabajo seguras y salubres a todo empleado de Puerto Rico.” La Administración de Seguridad y Salud Ocupacional de Puerto Rico (PR OSHA, por sus siglas en inglés), adscrita al Departamento del Trabajo y Recursos Humanos, tiene la responsabilidad de velar por el cumplimiento de esta ley.

Para hacer cumplir sus normas, reglas y reglamentos, la Ley establece que PR OSHA realizará inspecciones en los lugares de trabajo. Estas inspecciones son realizadas sin aviso previo. Si como resultado de las inspecciones se desprendiesen violaciones a la Ley, el patrono podría afrontar penalidades y citaciones con un período de tiempo para corregir cada violación.

La Ley también provee para que el patrono solicite visitas de consultoría, gratuitas, a su lugar de trabajo. Éstas no conllevan la emisión de citaciones o la imposición de penalidades, **solo requiere el compromiso del patrono para corregir las condiciones señaladas en el tiempo acordado.**

La responsabilidad del patrono ante esta ley es familiarizarse con las normas, las reglas y los reglamentos que aplican a su negocio o lugar de trabajo. Éste tiene que proveer y asegurarse que sus empleados utilicen el equipo de protección apropiado. Los empleados tienen la responsabilidad de cumplir con todas las normas y los reglamentos de seguridad y salud aplicables a sus propios actos y conductas.



participación de los empleados se logra permitiendo que ellos aporten voluntariamente al programa de seguridad y salud ofreciendo sugerencias, participando en inspecciones, etc.

2. **Análisis del lugar de trabajo.** Esto consiste en realizar inspecciones regulares de seguridad y salud en el área de trabajo. Además, se debe establecer un sistema confiable para que los empleados notifiquen condiciones de riesgos al supervisor.
3. **Control y prevención de riesgos.** En este elemento se incluyen los planes para emergencias, el equipo de protección personal, el mantenimiento de facilidades y equipo, y un programa de primeros auxilios.
4. **Adiestramiento de seguridad y salud.** El adiestramiento es un elemento esencial para que un Programa de Seguridad y Salud tenga éxito. El alcance de los adiestramientos depende del tamaño, los riesgos y la complejidad del sitio de trabajo. Los programas de adiestramiento deben ser diseñados de forma tal que los empleados entiendan el material, puedan comprender el rol clave que ellos desempeñan en la seguridad y salud de su lugar de trabajo y puedan capacitarse de forma efectiva.

- colocar una barricada o barrera que proteja el tanque contra daño o impacto vehicular.
- evitar colocar el tanque o cilindro a menos de 10 pies de cualquier pared, puerta o ventana del edificio. Según aumente la capacidad o cantidad de LPG, la distancia debe aumentar de acuerdo a Tabla H-23 del 1910.110, Manejo y Almacenaje de Gases Licuados de Petróleo.
- Tener, al menos, un extintor de incendio de grado 8 BC para el área de tanques o cilindros.

Programa de Seguridad y Salud Ocupacional

Una forma efectiva de lograr un ambiente laboral seguro y salubre es a través de un programa de seguridad y salud, el cual le ayudará a reconocer, evaluar y controlar los riesgos existentes o potenciales del lugar de trabajo.

Los riesgos pueden ser identificados mediante: investigación de accidentes, revisión de registros de lesiones y enfermedades ocupacionales, sugerencias de los trabajadores, realización periódica de auto-inspecciones, etc. Ejemplo de los riesgos típicos en este tipo de industria son: contacto con sangre o fluidos contaminados con sangre, exposición a químicos, desórdenes músculo esqueléticos, riesgos eléctricos, etc.

Un programa de seguridad y salud efectivo deberá incluir los siguientes elementos:

1. **Compromiso gerencial y participación de los empleados.** Esto implica que la gerencia establecerá las metas, políticas del lugar de trabajo y designará las responsabilidades de los supervisores y empleados. La



La Industria de Centros de Cuido para Personas de Edad Avanzada se encuentra en rápido crecimiento. De igual manera, las lesiones y enfermedades ocupacionales en ese sector van en aumento. En estos lugares existe una variedad de riesgos ocupacionales entre los que podemos destacar resbalones, tropezones y caídas, cortaduras, quemaduras, electrocución, condiciones músculo-esqueléticas, exposición a productos químicos, exposición a patógenos transmitidos por sangre y violencia en el lugar de trabajo.

Los patronos deben conocer e implantar aquellas medidas de seguridad y salud ocupacional aplicables a las diferentes áreas de su lugar de trabajo. Sabemos que muchos de los accidentes que ocurren pueden ser evitados si educamos y adiestramos a los empleados en los procedimientos apropiados de seguridad y salud que se deben seguir al realizar el trabajo.

La prevención de los accidentes en el lugar de trabajo es un objetivo alcanzable. El tener un lugar de trabajo libre de riesgos relacionados con el trabajo sólo se logra si se establecen procedimientos de trabajo que sean seguros y se da la prioridad que merece la seguridad y salud de los empleados

Cartelón Mandatorio

La Ley Núm. 16 de 5 de agosto de 1975, enmendada, requiere que el patrono fije el cartelón de seguridad y salud (PR OSHA-2003) en un lugar visible a los empleados. El no fijar el cartelón 2003 conlleva una penalidad de \$1,000.00. El cartelón puede ser obtenido, de manera gratuita, visitando cualquier Oficina de Área o la Oficina Central de PR OSHA.

Registro e Informes de Lesiones y Enfermedades Ocupacionales, Reglamento 2 OSH 1904

El propósito de este Reglamento es requerir a los patronos con once (11) o más empleados que registren e informen las lesiones, enfermedades y fatalidades relacionadas al trabajo, utilizando los formularios: OSHO-300 (Registro de Lesiones y Enfermedades Ocupacionales), OSHO-300A (Resumen de Lesiones y Enfermedades Ocupacionales) y OSHO-301 (Informe de Incidente de Lesión y Enfermedad).

Riesgos Químicos

➤ Comunicación de Riesgos – 4 OSH 1910.1200

Los empleados de los Centros de Cuido para Personas de Edad Avanzada podrían estar expuestos a riesgos por contacto con productos químicos, como por ejemplo, desinfectantes, detergentes u otros.



La norma de Comunicación de Riesgos Químicos le requiere al patrono informar a sus empleados los riesgos a los que están expuestos y proveer el equipo de protección personal necesario.

El patrono tiene que desarrollar un programa escrito de Comunicación de Riesgos, el cual debe tener:

- Una lista de los productos químicos que se utilizan en el lugar de trabajo
- Las hojas de datos de seguridad (MSDS – Material Safety Data Sheet) por cada producto químico utilizado en el lugar de trabajo

debe tener en consideración para evitar condiciones de riesgo en su lugar de trabajo:

- Mantener los equipos eléctricos con su debida conexión a tierra.
- Evitar que los cables flexibles (extensiones) tengan empalmes o empates.
- Evitar que los cables de los equipos estén sueltos de su casquillo de sujeción.
- Evitar que los equipos permanentes estén conectados con extensiones temporeras.
- Mantener las cajas eléctricas (Ej. enchufes, receptáculos y cajas de empalme) con tapas o placas.
- Rotular todos los interruptores y circuitos de desconexión (en el panel eléctrico) para indicar su uso o el equipo servido.
- Mantener con tapas o placas todas las aberturas sin uso en las cajas y los paneles eléctricos.
- No sobrecargar los enchufes conectando varios equipos.
- Asegurar acceso y espacio suficiente para trabajar con paneles o cerca de todo equipo eléctrico.
- Instruir a los empleados a realizar inspecciones rutinarias de los equipos.

Gases Licuados de Petróleo (LPG)

Aquellos Centros que utilicen gas licuado de petróleo (LPG) en tanques o cilindros como combustible para la cocina o la lavandería, deben:

- Colocar un letrero en un área visible del tanque que prohíba fumar, llamas abiertas u otras fuentes de calor.
- identificar el tanque o los cilindros indicando su contenido y capacidad.



mantenerse cargados. Será responsabilidad del patrono hacer inspeccionar los extintores para garantizar su funcionamiento y conservar dicha evidencia. Durante la inspección, el patrono debe asegurarse de que los extintores:

- están en sus lugares, cargados y sin obstrucciones
- tienen el pasador y la boquilla intactos

➤ Salida y Medios de Salida

Toda salida debe estar rotulada con la palabra SALIDA o **EXIT** en letras sencillas y legibles, no menores de 6 pulgadas de alto y 3/4 de pulgada de ancho. Puertas, pasillos o escaleras que no sean un medio de salida o un acceso a una salida, pero que puedan confundirse como tal, deben marcarse claramente indicando **NO ES UNA SALIDA** o ser marcadas con un rótulo indicando su uso, ejemplo: **Almacén, Oficina del Director, Hacia el Sótano**, etc.

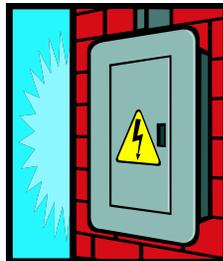


Cuando la ruta hacia la salida más cercana pueda resultar confusa a algún ocupante, se debe usar un rótulo con una flecha indicando la dirección. Nada debe impedir la visibilidad del letrero de salida o de la ruta hacia la salida.

Las áreas alrededor de las puertas y pasillos conducentes a la salida deben estar libres de obstrucciones. No se deben utilizar candados o cerrojos que prevengan la salida desde el interior del edificio. La ruta de salida debe conducir a un área pública.

➤ Riesgos Eléctricos

La mayoría de los fuegos son ocasionados por mal funcionamiento eléctrico más que por cualquier otra causa. A continuación presentamos algunas precauciones que



- Rotulación o etiquetado de todos los envases que contengan productos químicos (envases no originales)
- Adiestramiento a todos los empleados expuestos a los productos químicos

Riesgos Biológicos

➤ Patógenos Transmitidos por Sangre – 4 OSH 1910.1030

En los Centros de Cuido para Personas de Edad Avanzada en donde los empleados tengan contacto con sangre o con fluidos del cuerpo contaminados con sangre, el patrono tendrá que cumplir con los requisitos de la norma de Patógenos Transmitidos por Sangre.



Esta norma requiere tener un programa escrito, accesible a los empleados y que sea revisado, al menos, anualmente. El programa consiste de:

- Determinación de Exposición
 - ✓ El patrono debe listar a todos los empleados del Centro de acuerdo a sus tareas para determinar cuál es su grado de exposición, si alguna, a los patógenos en sangre. Se podrá clasificar la exposición en alta, mediana, baja, ocasional o ninguna.
- Métodos de Prevención y Control
 - ✓ Establecer cómo se cumplirá con las Precauciones Universales, tales como controles de ingeniería, prácticas seguras de trabajo y equipos de protección personal.

- Vacunación de Hepatitis B
 - ✓ El patrono es responsable de proveer la vacuna a todos los empleados expuestos a sangre, sin costo alguno.
- Evaluación post exposición
 - ✓ El patrono debe establecer un plan de acción en caso de ocurrir un incidente de exposición a sangre o fluidos contaminados con sangre.
- Rotulación
 - ✓ El personal debe ser informado de los riesgos presentes en las áreas de trabajo mediante sistemas de rotulación o símbolos a superficies, objetos y equipo potencialmente infectado. La basura considerada biológicamente contaminada debe ser desechada de forma diferente a la basura regular. Esto implica el uso de bolsas identificadas con el código universal para riesgos biológicos. Los zafacones o contenedores de basura biológica deben ser resistentes a fugas.
- Adiestramientos
 - ✓ El patrono debe ofrecer a todos los empleados con exposición a sangre o fluidos corporales, un adiestramiento inicial y anual sobre:
 - ❖ Discusión de la norma
 - ❖ Epidemiología y síntomas de enfermedades transmitidas por sangre
 - ❖ Explicación del Plan de Control de Exposición del patrono
 - ❖ Métodos para reconocer tareas u otras actividades con riesgo a exposición

y mantenimiento del lugar de trabajo, entre otras. El patrono debe seleccionar el equipo de protección basado en el riesgo del cual quiere proteger al empleado y proveérselo libre de costo. Es importante que el personal esté adiestrado en el uso del equipo.

Riesgos Comunes

➤ Control de Sabandijas

El patrono debe mantener un programa efectivo de exterminio para evitar la entrada al área de trabajo de vectores, como: cucarachas, ratones, insectos y sabandijas.

➤ Salubridad

Todo lugar de trabajo debe estar en cumplimiento con los requerimientos de orden y limpieza. Es de suma importancia que:

- se mantengan las áreas de trabajo ordenadas y limpias.
- el piso esté seco en la medida que el trabajo lo permita.
- se provea agua potable.
- los cuartos de baño deben mantenerse limpios y en condiciones higiénicas. Tendrán papel sanitario, jabón de manos y papel toalla individual, en rollo o secador de aire tibio.



➤ Extintores

El patrono debe identificar la clasificación del tipo de incendio que puede ocurrir en su lugar de trabajo para seleccionar el extintor apropiado. Los extintores portátiles deben ubicarse donde sean necesarios y



- Trauma psicológico
- Muerte

➤ **Violencia Doméstica**

La Ley 217 de 29 de septiembre de 2006 establece como obligatorio para todo patrono en Puerto Rico el desarrollar e implantar procedimientos y guías a seguir cuando ocurran situaciones de violencia doméstica en el sitio de trabajo, o sea, el **Protocolo para Manejar Situaciones de Violencia en el Lugar de Trabajo**.

El propósito primordial del protocolo es prevenir situaciones de violencia doméstica en el ambiente laboral. El protocolo desarrollado e implantado en todas sus partes, identifica y da herramientas de trabajo para manejar este tipo de situaciones.

El protocolo debe incluir como mínimo:

- Declaración y Divulgación de la Política Institucional
- Personal Designado
- Garantía de Confidencialidad y Privacidad
- Plan de Seguridad
- Educación Continua



Equipo de Protección Personal



En los Centros de Cuido para Personas de Edad Avanzada los empleados necesitan equipo de protección personal cuando realizan tareas de manejo de pacientes y su aseo, limpieza, lavandería



- ❖ Uso y limitaciones de los controles de ingeniería, prácticas de trabajo y equipo de protección personal
- ❖ Información de Hepatitis B
- ❖ Información en caso de una emergencia
- ❖ Reporte de incidentes, evaluación después de exposición, seguimiento (información para el empleado)
- ❖ Explicación de letreros, rotulación y códigos de color utilizados
- ❖ El empleado debe tener la oportunidad de hacer preguntas y obtener respuestas
- ❖ Mantenimiento de Registros

• Mantenimiento de Registros

- ✓ El patrono debe mantener un registro de aquellos incidentes que ocurran con fluidos contaminados con sangre, tales como: salpicaduras de sangre, pinchazos con agujas u objetos contaminados y otros. También se debe dar seguimiento médico al personal afectado por el incidente.

➤ **Calidad de Aire Interior**

La contaminación del aire interior es un importante problema de salud, ya que puede desencadenar enfermedades respiratorias, como el asma. Los diversos tipos de contaminantes presentes en un edificio suelen denominarse como “mala calidad del aire en interiores”. Esa calidad del aire deficiente en espacios cerrados afecta la salud de los trabajadores. A continuación ejemplos de algunos contaminantes en los interiores y los valores recomendados para una buena calidad de aire:

- Hongos o Bacterias = 1,000 CFU/m³

- CO (Monóxido de Carbono) = 2 – 50 ppm (PEL - 4 OSH 1910.1000)
- CO2 (Dióxido de Carbono) = 1,000 ppm
- Temperatura = 68 – 76 grados F
- Humedad Relativa = 60%

Ergonomía



Los empleados están expuestos a esfuerzos excesivos y torceduras debido a tareas que requieren movimientos repetitivos. Tareas como el aseo y la transferencia de pacientes/residentes, la limpieza de las habitaciones, la lavandería y otros, pueden provocar esfuerzos excesivos y torceduras de la

espalda, el cuello y los hombros. El estiramiento excesivo, el levantamiento y la inclinación durante el movimiento o manejo de pacientes/residentes pueden contribuir al desarrollo de lesiones músculo esqueléticas.

Las recomendaciones para minimizar la incidencia de lesiones músculo esqueléticas pueden incluir:

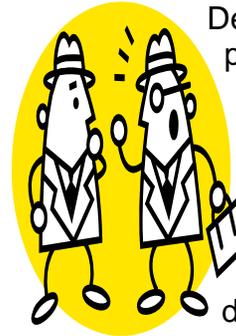
- El desarrollo e implementación de un programa de ergonomía en donde se identifiquen los posibles riesgos de las tareas que realizan los empleados.
- Concienciar a los empleados expuestos en el reconocimiento temprano de los signos y síntomas de las posibles lesiones músculo-esqueléticas
- Adiestramiento sobre el manejo de fuerzas



- Uso de controles de ingeniería (grúas, tablillas, etc.)

Psicosociales

➤ Violencia en el Lugar de Trabajo



Debido a la interacción diaria y personal con los pacientes/residentes de los Centros de Cuido para Personas de Edad Avanzada, los empleados están expuestos a situaciones de violencia en el lugar de trabajo. Violencia en el lugar de trabajo se define como la amenaza o acción violenta en contra de los trabajadores. Puede ocurrir dentro o fuera del lugar de trabajo y empezar con amenazas o agresión verbal y terminar con agresiones físicas u homicidio.

Algunos ejemplos de violencia son:

- Amenazas: expresiones con el propósito de hacer daño, incluyendo amenazas verbales o escritas y lenguaje corporal amenazador.
- Agresiones físicas: los ataques que van desde golpear hasta la violación y el uso de armas de ataque, como las armas de fuego, los cuchillos o las bombas.
- Atracos: las amenazas de acometimiento grave, generalmente hechas sorpresivamente y con el propósito de robar.

Los efectos de la violencia pueden variar de intensidad e incluyen:

- Heridas físicas de poca gravedad
- Heridas físicas graves
- Invalidez física temporal o permanente