

La prevención de riesgos laborales está formada por cuatro disciplinas preventivas: seguridad en el trabajo, higiene industrial, ergonomía y psicología aplicada, y medicina del trabajo. Para lograr el objetivo de controlar los riesgos laborales y mejorar las condiciones de trabajo es imprescindible aplicar todas ellas de manera conjunta e integrada.



SEGURIDAD EN EL TRABAJO



Tiene la misión de identificar, evaluar y controlar los riesgos que pueden generar accidentes de trabajo (p. ej., mecánicos, eléctricos, de emergencias). Se ocupa, por lo tanto, del control de las máquinas, instalaciones, equipos de trabajo y planes de emergencia. Tiene una estrecha vinculación con normativas específicas de protección civil, seguridad industrial y la seguridad del producto.

Ejemplos: caídas en altura, contacto eléctrico, atropello de vehículos, atrapamientos en máquinas, veces o cortes, incendio, explosión....

HIGIENE INDUSTRIAL



Busca identificar, evaluar y controlar los riesgos físicos, químicos, biológicos presentes en los puestos de trabajo susceptibles de originar cualquier tipo de infección, alergia o toxicidad, u otras enfermedades..

Ejemplo: Exposiciones a ruidos excesivos, vibraciones, temperaturas excesivas (estrés térmico), iluminación inadecuada, contacto con sustancias nocivas, tóxicas, cancerígenas o mutágenas, exposición a agentes biológicos... (virus, bacterias, hongos, cultivos celulares, y otros organismos vivos) .

ERGONOMÍA Y PSICOSOCIOLOGÍA APLICADA



La **ergonomía** tiene como objetivo la adaptación del trabajo a la persona, se dedica al diseño de puestos de trabajo, herramientas y sistemas para adaptarlos a las características, capacidades y necesidades de los trabajadores y trabajadoras.

Ejemplos: posturas inadecuadas, carga física excesiva, ritmo de trabajo, movimientos repetitivos, manipulación manual de cargas, empujar o arrastrar cargas, disconfort térmico, acústico o lumínico..

La **psicosociología aplicada** se ocupa de la salud psíquica y social de las personas trabajadoras a través del control de los riesgos relacionados con el contenido y la organización del trabajo.

Ejemplo: prevenir el estrés laboral y la exposición a factores de riesgo psicosocial (carga y ritmos de trabajo, demandas psicológicas, autonomía, descansos, desconexión digital, carga psíquica y/o mental, entre otros)

MEDICINA DEL TRABAJO



Las actividades técnicas de la seguridad, la higiene industrial, y la ergonomía y psicología se basan fundamentalmente en la identificación y eliminación de los riesgos laborales, la evaluación de aquellos que no se han podido eliminar, y la planificación e implementación de las medidas preventivas necesarias para reducirlos a niveles tolerables para la salud.

De las actividades de la medicina del trabajo, la más conocida y realizada es la vigilancia de la salud, que utiliza diferentes actividades, de ámbito individual y colectivo, como por ejemplo los reconocimientos médicos o el análisis estadístico y epidemiológico, para analizar el impacto de las condiciones laborales sobre las personas trabajadoras, con el fin de detectar de manera temprana problemas de salud relacionados con el trabajo y mejorar la prevención aplicada a la empresa.

Puedes ampliar la información en nuestra píldora o en el [check list](#) sobre vigilancia de la salud.

Las actividades técnicas de la seguridad, la higiene industrial, y la ergonomía y psicología se basan fundamentalmente en la identificación y eliminación de los riesgos laborales, la evaluación de aquellos que no se han podido eliminar, y la planificación e implementación de las medidas preventivas necesarias para reducirlos a niveles tolerables para la salud.

