



Índice Temático

1. Introducción.....	3
1.1 Planteamiento del problema.....	4
1.2 Límites Teóricos y Temporales.....	5
1.3 Objetivo.....	6
1.4 Preguntas de Investigación.....	7
1.5 Hipótesis.....	8
1.6 Justificación.....	9
1.7 ¿Quiénes somos?.....	10
1.8 Misión y Visión.....	12
1.9 Valores.....	13
2. Políticas de Seguridad e Higiene.....	15
2.1 Plan de Protección Civil.....	16
3. Diagnóstico.....	20
3.1 Factores de Riesgo.....	21
4. Objetivos de la organización.....	22
4.1 Objetivo del Plan de Seguridad e Higiene.....	23
4.2 Objetivo Social.....	24
5. Metas.....	25
5.1 Metas a corto plazo.....	25
5.2 Metas a largo plazo.....	26
6. Reconocimiento.....	27
6.1 De las instalaciones.....	28
6.2 Señales visuales.....	29
6.3 De actitudes del personal.....	30
7. Análisis Crítico.....	31
7.1 De las instalaciones.....	32
7.2 Señales visuales.....	34
7.3 De las actitudes del personal.....	35



8. Control y Medidas	36
8.1 En las instalaciones.....	37
8.2 En Señales visuales.....	41
8.3 En Actitudes del Personal.....	43
9. Conclusiones	44
10. Anexos	45
11. Marco Conceptual	51
12. Bibliografía	53



1.Introducción

Crear un Plan de Seguridad e Higiene es aun más que simplemente no tener accidentes en tu empresa, conlleva todo un proceso de organización y compromiso de todo el personal de la organización para crear un lugar y ambiente de trabajo sano.

Este Plan de Seguridad e Higiene pretende desarrollar los factores de riesgo, la prevención, capacitación y difusión que se empleara para dar conocimiento al personal de este.

En esta dependencia existe un sistema nacional de protección civil que es un conjunto orgánico y articulado de estructuras, relaciones funcionales, métodos y procedimientos que establecen las dependencias y entidades del sector publico entre si y con las autoridades de los estados y municipios a fin de efectuar acciones de común acuerdo destinadas a la protección de los ciudadanos contra los peligros y riesgos que se presentan en la eventualidad de un desastre.

Con ello podremos ver más claramente las acciones que ellos emplean así como proponer medidas más eficaces para crear nuestro Plan de Seguridad e Higiene.



1.1 Planteamiento del Problema

¿Cuál es el impacto de contar con un Plan de Seguridad e Higiene en la Subgerencia de Administración de la Comisión Nacional del Agua, con oficinas regionales ubicadas en Av. Reforma y calle "L" s/n, Col. Nueva en el periodo 2006-1 y de que forma se logra concientizar a los empleados a contribuir en su seguridad.



1.2 Limites Teóricos y Temporales

Limites teóricos

*Variable Dependiente

Concientizar a los empleados

*Variable Independiente

Plan de Seguridad e Higiene

CAUSA: PLAN DE SEGURIDAD E HIGIENE (INDEPENDIENTE)

EFEECTO: CONCIENTIZACION (DEPENDIENTE)

Limites Temporales

Periodo 2006-1

Limites Especiales

Comisión Nacional del Agua con oficinas en Av. Reforma y Calle "L" S/N, Col. Nueva.

Unidades de Observación

Oficinas de la Subgerencia de Administración y personal que labora en ella

Ubicar en un Contexto

Social y Servicios



1.3 Objetivo

Este tema de investigación pretende lograr desarrollar un Plan de Seguridad e Higiene en la Subgerencia de Administración de la Comisión Nacional del Agua con el fin de que el empleado conozca más el cómo contribuir a su seguridad y salud mientras se encuentra laborando, además de crear una cultura laboral de seguridad.

Esto se logrará analizando los riesgos con los que están expuestos los empleados para así poder crear el Plan de Seguridad e Higiene, además de que se implementarán las medidas preventivas y de difusión para que el personal conozca y contribuya para su desarrollo.



1.4 Preguntas de Investigación

1. ¿Por que es importante que exista en la organización un Plan de Seguridad e Higiene?
2. ¿Cuál es el objetivo de concientizar a el personal para que contribuya con su seguridad?



1.5 Hipótesis

- A mejor Plan de Seguridad e Higiene en la empresa menor sera el riesgo de accidentes.
- A mejor Plan de Seguridad e Higiene en la empresa mayor sera la concientizacion en tema de seguridad en los empleados.
- A mejor Plan de Seguridad e Higiene en la empresa menor seran las enfermedades entre el personal.



1.6 Justificación

Este proyecto se realizara con el objetivo señalado el cual será beneficioso una vez ya aplicado en la organización contribuyendo con el bienestar y salud de sus empleados , así como también lograre desarrollar el Plan de Seguridad e Higiene con el cual contribuiré como mejora en mi organización adquiriendo con ello nuevas oportunidades de crecimiento profesional.



1.7 ¿Quiénes somos?

La Comisión Nacional del Agua es heredera de una gran tradición hidráulica y a lo largo de su historia ha estado integrada por destacados profesionales y especialistas de diversas disciplinas, reconocidos internacionalmente por su dedicación y capacidad técnica.

Actualmente, la misión de la Comisión Nacional del Agua consiste en administrar y preservar las aguas nacionales, con la participación de la sociedad, para lograr el uso sustentable del recurso.

La Comisión considera que la participación de la sociedad es indispensable para alcanzar las metas que se han trazado en cada cuenca del país, ya que entre otros aspectos, los habitantes pueden dar la continuidad que se requiere a las acciones planteadas.

La Comisión Nacional del Agua es una unidad administrativa desconcentrada de la Secretaría de Medio Ambiente, Recursos NATURALES (SEMARNAT), tiene las atribuciones que se establecen en la Ley de Aguas Nacionales, su Reglamento, el Reglamento interior de la SEMARNAT y las demás disposiciones aplicables.

La misión establece, de manera implícita, la transformación de la institución, de una organización con funciones normativas, financieras, operativas, de construcción y promoción del desarrollo hidráulico, a otra encargada de la administración del recurso para el uso sustentable, lo cual deberá realizarse con la participación social, ampliando los canales de participación de la sociedad.



La participación de la sociedad considera la delegación de la responsabilidad de construir, operar y mantener la infraestructura hidráulica a las autoridades locales y los usuarios y lograr la participación social activa en la preservación de la calidad y cantidad del agua.

La participación de la sociedad en la preservación del recurso se logrará mediante el establecimiento de la cultura del agua; entendida está como los hábitos, costumbres y maneras de usar eficiente y racionalmente el recurso.

La sustentabilidad del recurso está relacionada con tres factores:

- a) la preservación del agua con el propósito de asegurar su disponibilidad en cantidad y calidad para las generaciones presentes y futuras, lo que implica detener y revertir su deterioro.
- b) Propiciar el desarrollo económico del país mediante un mejor aprovechamiento del agua para incrementar la producción y la productividad y coadyuvar al bienestar de la población, mejorando sus condiciones de vida. El alcanzar la sustentabilidad implícita preservar el recurso con desarrollo económico y bienestar social.

“Ser un órgano normativo, con un alto grado de excelencia técnica y promotor de la participación de la sociedad y los usuarios organizados en la administración del agua”.

Esta visión coincide con la visión del México al que se aspira en el año 2025. Con el fin de determinar las estrategias para alcanzar la visión propuesta para el sector agua se ha evaluado posibles escenarios de los usos de l agua en el horizonte 2025. Se analizarán escenarios de oferta – demanda a lo largo del periodo 2001-2025 para determinar la infraestructura necesaria, en los que se incluirán las obras y acciones específicas para el control de inundaciones.



1.8. Misión

Administrar y preservar las aguas nacionales, con la participación de la sociedad para lograr el uso sustentable del recurso

1.8. Visión

Ser un órgano normativo, con un alto grado de excelencia técnica y promotor de la participación de la sociedad y los usuarios organizados en la administración del agua.



1.9

Valores

- **JUSTICIA:** Ceñiré mis actos a la estricta observancia de la ley, impulsando una cultura de procuración efectiva de justicia y de respeto al estado de derecho.
- **TRANSPARENCIA:** Garanterizare el acceso a la información gubernamental, sin mas limiten que el que imponga el interés publico y los derechos de privacidad de particulares, establecidos por la ley , así como el uso y aplicación transparente de los recursos públicos, fomentando su manejo responsable y eliminando su indebida discrecionalidad.
- **RENDICION DE CUENTAS:** Proveeré la eficacia y la calidad en la gestión de la administración publica, contribuyendo a su mejora continua y a su modernización, teniendo como principios fundamentales la optimización de sus recursos y la rendición de cuentas.
- **ENTORNO CULTURAL Y ECOLOGICO:** Adoptare una clara voluntad de comprensión, respeto y defensa por la preservación del entorno cultural y ecológico de nuestro país.
- **GENEROSIDAD:** Actuare con generosidad especial, sensibilidad y solidaridad, particularmente frente a los chiquillos, las personas de la tercera edad, nuestras etnias y las personas con discapacidad y en especial a todas aquellas personas que menos tienen.
- **IGUALDAD:** Haré regla invariable de mis actos y decisiones el procurar igualdad de oportunidades para rodos los mexicanos y mexicanas, sin distingo de sexo, edad, raza, credo, religión o preferencia política.



- **RESPETO:** Respetare sin excepción alguna la dignidad de la persona humana y los derechos y libertades que le son inherentes, siempre con trato amable y tolerancia para todos y todas las mexicanas.
- **LIDERAZGO:** Promoveré y apoyare estos compromisos con mi ejemplo personal, abonando a los principios morales que son base y sustento de una sociedad exitosa en una patria ordenada y generosa.
- **BIEN COMUN:** Asumo un compromiso irrenunciable con el bien común, entendiendo que el servicio publico es patrimonio de todos los mexicanos y de todas las mexicanas, que solo se justifica y legitima cuando se procura ese bien común, por encima de los intereses particulares.
- **INTEGRIDAD:** Ceñiré mi conducta publica y privada, de modo tal que mis acciones y mis palabras sean honestas y dignas de credibilidad, fomentando una cultura de confianza y de verdad.
- **HONRADEZ:** Nunca usare mi cargo publico para garantía personal, ni aceptare prestación o compensación de ninguna persona u organización que me pueda llevar a actuar con falta de ética mis responsabilidades y obligaciones.
- **IMPARCIALIDAD:** Actuare siempre en forma imparcial, sin conceder preferencias o privilegios indebidos a persona alguna.



2. Políticas de Seguridad e Higiene

Como Políticas de seguridad e higiene se cuenta con el Plan Nacional de Protección Civil para las dependencias de gobierno en el cual se las medidas preventivas y correctivas que se deben fiscalizar para proteger a el servidor publico.

Propuestas de Políticas

Como propuesta de política para contribuir a la seguridad se destacan los siguientes puntos:

- Los empleados que laboran en esta dependencia no deberán exceder de las horas de su jornada diaria.
- Los proveedores y contratistas deberán contar con un permiso para trabajar en horas extraordinarias, así como fines de semana en donde especifiquen su trabajo a desempeñar en las oficinas.
- Toda capacitación se realizara en el horario normal de trabajo.
- Todo trabajador deberá actuar con responsabilidad y compromiso.
- Se deberá mantener orden y limpieza en su área de trabajo.



2.1 Plan de Protección Civil

A n t e c e d e n t e s .

El sistema nacional de protección civil se concibe como un conjunto orgánico y articulado de estructuras, relaciones funcionales, métodos y procedimientos que establecen las dependencias y entidades del sector público entre sí y con las autoridades de los estados y municipios a fin de efectuar acciones de común acuerdo destinadas a la protección de los ciudadanos contra los peligros y riesgos que se presentan en la eventualidad de un desastre.

En este sentido, la gerencia regional en cumplimiento de los acuerdos tomados para el funcionamiento de la unidad de protección civil, ha integrado un equipo de voluntarios de entre los mismos trabajadores para estar en condiciones de salvaguardar la integridad física de sus compañeros y de las instalaciones en la medida posible.

Objetivos:

Las funciones encomendadas para lograr el objetivo fijado son el integrar e instrumentar programas y subprogramas de prevención, auxilio y apoyos adecuados a la naturaleza de los agentes perturbadores más frecuentes.

Coordinar los diversos grupos voluntarios que se organicen dentro de la gerencia regional.

Propiciar la difusión de programas a todo el personal de la dependencia, efectuar revisiones periódicas para establecer necesidades de seguridad e higiene requeridas.



Establecer los sistemas de evacuación en caso de una contingencia, evaluar los resultados del evento y programar el establecimiento de las nuevas necesidades de seguridad.

Instrumentar un sistema de señalización en toda el área de trabajo para el ágil y correcto desempeño del personal ante una contingencia.

Con la finalidad de dar a conocer a los demás empleados de esta Gerencia Regional, así como a los usuarios y visitantes sobre las medidas de seguridad a observar, y el aumento de acervo cultural y técnico de los elementos de la unidad de protección civil y empleados en general, se ha tenido a bien realizar el siguiente programa de trabajo:

1. Instalación de letreros alusivos a rutas de evacuación, zonas de seguridad, consejos para seguridad, de higiene, etc. en aquellas áreas de nueva creación, rehabilitación o remodelación.
2. Difusión nuevamente entre el personal con teléfonos de acceso directo, para atender llamadas de amenaza de bomba, entregándoseles un formato donde podrán obtener datos sobre la llamada y de que la hace.
3. Distribución entre el personal de la unidad de protección civil y empleados en general el "Manual de Protección Civil".
4. Simulacro de incendio.
5. Simulacro de sismo, coordinado a nivel nacional.



6. Implementación del uso de gáfete de identificación, tanto por el personal de la dependencia como los visitantes.

7. Distribución de trípticos y manuales con información referente a procedimientos y recomendaciones a seguir ante un sismo, incendio, huracanes e inundaciones, fugas de gas o fallas eléctricas.

8. Programa de mantenimiento preventivo y correctivo de las instalaciones.

- A. Eléctrico
- B. Hidráulico-sanitario
- C. Aire acondicionado
- D. Gas

9.- Programa de Cultura de Protección Civil, mediante la presentación audiovisual con las diferentes acciones en materia de prevención de desastres en coordinación con el área de la Unidad Regional Comunicación Social.

Los datos que se piden plasmar en el formato para la atención de amenazas de bomba, revisten importancia para la realización de la búsqueda del posible artefacto y/o la localización del o los individuos que realizan la agresión o llamada amenazante, por lo tanto es de vital observancia que cada uno de los empleados con líneas directas cuenten con el citado formato y conozcan a quien informar sobre este particular.



Programa de Actividades

Para mantener un grupo de trabajo firmemente actualizado, se hace imperioso el programar actividades tendientes a aumentar la práctica en el servicio, mediante ejercicios de evacuación, manejo de extinguidores e inspecciones técnicas a nuestras instalaciones.

En este orden de ideas se tiene en programa las siguientes actividades:

- Inspección técnica sobre las instalaciones eléctricas (tipo preventivo).
- Inspección técnica sobre distribución del mobiliario y ventilación (tipo preventivo).
- Manejo de extinguidores (operativo).
- Primeros auxilios.



3. Diagnostico

Como toda edificación dentro de una zona urbana, mantiene una serie de riesgos que ponen en peligro las instalaciones y al personal en caso de una contingencia, lo anterior en virtud de existir instalaciones eléctricas aéreas en alta tensión y baja tensión, edificios de 3 niveles, laboratorios con materiales peligrosos, aunado a la colindancia con fabricas textiles en su lado poniente.

Un problema que aparentemente no representa algún problema es la incorrecta distribución de los estacionamientos y la anarquía por el personal para el respeto de los señalamientos, con la consecuente obstrucción de rutas de evacuación y salidas de emergencia, lo cual se traduce en un serio riesgo para la comunidad en caso de una contingencia.

No debemos omitir la incorrecta disposición de accesos y rutas de emergencia en el área de laboratorios que por ser el área de más riesgo debe subsanarse a la brevedad.

Así como promover a el personal que contribuya con su seguridad apoyando la difusión que se emplea.



3.1 Factores de riesgo

Uno de los principales factores de riesgos en la iniciación de incendios dentro de un inmueble es la falta de supervisión del estado en que se encuentran las instalaciones eléctricas, aparatos electrodomésticos utilizados y líneas de gas.

Conscientes de esta situación, se ha implementado un área de mantenimiento dentro del departamento de Servicios Generales, el cual dentro de sus funciones específicas revisara las instalaciones eléctricas para la detección y corrección de instalaciones defectuosas, tales como contactos, alambres sin aislamiento, etc.

Respecto a los aparatos electrodomésticos, se ha exhortado al personal para evitar el dejar cafeteras, computadoras, sacapuntas, maquinas de escribir, etc. encendidas después de la hora de trabajo.

Al término total de las labores del día, el personal de vigilancia realiza un recorrido por todas las áreas para detectar algún equipo eléctrico que este conectado, procediendo a desconectarlo y reportar este hecho al departamento de recursos materiales.



4. Objetivos de la Organización

“ Administrar y preservar las aguas nacionales, con la participación de la sociedad para lograr el uso sustentable del recurso”.

Por otra parte, considera que el uso sustentable del agua se logra cuando se cumplen los aspectos siguientes:

1. El agua genera bienestar social: básicamente se refiere al suministro de los servicios de agua potable y alcantarillado a la población, así como al tratamiento de las aguas residuales.
2. El agua propicia el desarrollo económico: considera al agua como un insumo en la actividad económica; por ejemplo, en la agricultura, la producción de energía eléctrica o la industria.

2. El agua se preserva: es el elemento que cierra el concepto de sustentabilidad. Si bien se reconoce que el agua debe proporcionar bienestar social y apoyar el desarrollo económico, la Comisión Nacional del Agua está convencida de que se debe preservar en cantidad y calidad adecuadas para las generaciones actuales y futuras y la flora y fauna de cada región.

Para cumplir con su propósito esencial, la Comisión se divide operativamente en tres grandes áreas:

1. Oficinas Centrales.
2. Gerencias Regionales.
3. Gerencias Estatales.



4.1 Objetivo del Plan de Seguridad e Higiene

Este Plan de Seguridad e Higiene en la Subgerencia de Administración de la Comisión Nacional del Agua es con el fin de que el empleado conozca mas el como contribuir a su seguridad y salud mientras se encuentra laborando, además de crear una cultura de seguridad.

Esto se lograra analizando los riesgos con los que están expuestos los empleados para así poder lograr que el Plan sea exitoso, además de que se implementaran medidas preventivas y de difusión para que el personal conozca y contribuya para su desarrollo.



4.2 Objetivo Social

Contar con el recurso sustentable para cubrir con las necesidades básicas humanas.



5. Metas

5.1 Metas a corto plazo

- Crear conciencia con el personal para que contribuya a su seguridad
- Difundir técnicas de seguridad e higiene por medio de folletos
- Asegurar el bienestar de el trabajador
- Prevención de accidentes



5.2 Metas a largo plazo

- Contar con constante capacitación de prevención
- Desarrollar un sistema global de Seguridad e Higiene
- Crear una mejora continua de seguridad e higiene



6. Reconocimiento

Se realizó un recorrido a las instalaciones de la Comisión Nacional del Agua, en la cual se pudieron observar cada una de estas, así como sus medidas de prevención, y seguridad, oficinas internas y patio exterior, además de observar actitudes del personal en cuanto al orden y limpieza, conocer las condiciones inseguras para promover las recomendaciones y medidas preventivas necesarias.



6.1 De las Instalaciones

Se realizo un recorrido por las instalaciones en el lugar de trabajo en el cual se observo lo siguiente:

- Cubículos
- Pasillos
- Escritorios
- Pisos
- Estantería
- Ventilación
- Ruido
- Iluminación
- Accesos
- Instalaciones Electricas
- Escaleras
- Distribuciones de áreas de trabajo



6.2 Señales visuales

Se realizó un recorrido por las instalaciones en el lugar de trabajo y fuera de este en el cual se observó lo siguiente:

- Señales de extintores
- Rutas de evacuación
- Señales de no fumar
- Identificación de Oficinas
- Área de discapacitados
- Áreas de no estacionarse
- Flechas y señales de circulación
- Punto de reunión
- Avisos de simulacros
- Mapa de evacuación



6.3 Actitudes del personal

Se realizó un recorrido por las instalaciones en el lugar de trabajo y fuera de este en el cual se observaron las siguientes actitudes del personal:

- Orden
- Limpieza
- Organización
- Compromiso
- Disposición
- Valores
- Conciencia



7. Análisis Crítico

En el reconocimiento que se observó en las instalaciones, señales y actitudes del personal, podremos destacar que es necesario implementar medidas de seguridad e higiene que beneficien el ambiente de trabajo, ya que destacaron ciertas faltas y descuidos que pueden poner en riesgo la salud ocupacional.



7.1 De las Instalaciones

Se observaron ciertos puntos a considerar de cada reconocimiento, los cuales son los siguientes:

- Cubículos: Se observo espacios reducidos para el área de trabajo, así como mal distribución de mobiliario, lo que ocasiona amontonamiento, y no hay libre acceso.
- Pasillos: Se observaron pasillos reducidos para la capacidad de gente en transito, lo cual no habría en caso de algún siniestro libre acceso para evacuación.
- Escritorios: Se observaron escritorios saturados de papeles lo cual da un mal aspecto a las oficinas.
- Estantería: Se observo estantería saturada, lo cual puede ocasionar un accidente, al igual que repisas en lugares poco estratégicos y de fácil acceso.
- Ventilación: En este punto es importante señalar que no esta bien distribuida la ventilación lo cual provoca en ciertas áreas enfriamiento excesivo y en otras sofocación.
- Ruido: No existe ruido de maquinaria pero si de música con volumen excesivo y diverso lo cual provoca desconcentración.
- Iluminación: Esta es considerable pero son lámparas bastante largas lo cual no se presta para regular la luz, además que estas no cuentan con una malla de plástico protectora.
- Accesos: El acceso en puertas es reducido para la capacidad de personal en las áreas.



- Instalaciones Eléctricas: Se observó que existe muy mala distribución en la corriente eléctrica, así como malas condiciones en enchufes y sobrecarga en cables de corriente.
- Escaleras: Se observó en ellas que requieren ser más amplias y con descansos más grandes.
- Distribuciones de áreas de trabajo: Existe espacio reducido para colocación de mobiliario el cual puede ocasionar accidentes por no haber circulación libre.



7.1 Señales visuales

Se observaron ciertos puntos a considerar de cada reconocimiento, los cuales son los siguientes:

- Señales de extintores: Se observaron extintores sin señalización y en lugares poco estratégicos así como otros en piso.
- Rutas de evacuación: Se observó que hay muy poca señalización conforme a las rutas de evacuación, así como los accesos a evacuar son muy reducidos para la cantidad de personal.
- Señales de no fumar: Con la observación a estas señales se destaca que se encuentra algunas de ellas en lugares poco visibles a alturas pronunciadas y poca señalización.
- Identificación de oficinas: Los letreros de identificación de oficinas tienen buena ubicación en altura pero estos no son tan visibles a lo lejos para fácil localización.
- Área de discapacitados: Esta área es poco visible además de que la gente no respeta la zona de acceso para minusválidos.
- Áreas de no estacionarse: En estas áreas les falta señalamientos además de el color vivo, además de que es poco respetado.
- Rutas y señales de circulación vehicular: En el estacionamiento y áreas de tránsito le hace falta más claridad en flechas y señales en piso.
- Punto de reunión: Los puntos de reunión son poco visibles y estratégicos.
- Avisos de simulacros: Estos avisos son poco organizados e ilustrativos.
- Mapa de evacuación: Se observó que el mapa de evacuación es muy chico, y la gente no lo puede apreciar en su totalidad para detectar los puntos de reunión y los accesos.



7.3 Actitudes del personal

Se observaron ciertos puntos a considerar de cada reconocimiento, los cuales son los siguientes:

- Orden: Se observó en ciertas áreas desorden en escritorios por acumulación de papeles.
- Limpieza: Falta de limpieza a detalle en las oficinas.
- Organización: Se observó que falta más organización del personal en sus actividades.
- Compromiso: Se observó que falta compromiso a realizar bien el trabajo y en tiempo.
- Disposición: Se observó que existe poca disposición para realizar tareas extraordinarias.
- Valores: Existen valores de respeto pero se observa que hace falta el valor de la responsabilidad, orden, y compromiso.
- Conciencia: Se observó que falta conciencia en las actividades propias de el trabajo así como el aquellas en donde es necesaria la participación de todos.



8. Control y Medidas

Es importante señalar que para sustentar las opiniones de el reconocimiento y análisis crítico y así poder exponer nuestras recomendaciones para el control y medidas correctivas se esta fundamentando en las Leyes y Normas que se señalaran en las recomendaciones expuestas.



8.1 Control y Medidas de las Instalaciones

- De acuerdo a el Art. 19 del Reglamento Federal de Seguridad, Higiene y Medio Ambiente de Trabajo , `` los edificios o locales donde se ubiquen centro de trabajo, ya sean temporales o permanentes, deberán estar diseñados y construidos observando las disposiciones de los reglamentos locales y de las Normas oficiales``, y en el Art. 23 dice `` Las áreas de transito de personas deberán contar con las condiciones de seguridad, a fin de permitir la libre circulación en el centros de trabajo, de acuerdo con las actividades que en el mismo se desarrollen y al tipo de riesgo, con apego a lo establecido en las Normas correspondientes``, así como la NOM-026-STPS-1998 de Edificios, Locales, Instalaciones y Áreas en los Centros de Trabajo-Condiciones de seguridad e Higiene menciona: `` 7.2 Las áreas del centro de trabajo, tales como: producción, mantenimiento, circulación de personas y vehículos, zonas de riesgo, almacenamiento y servicios para los trabajadores, se deben delimitar mediante barandales, cualquier elemento estructural, o bien con franjas amarillas de al menos 5 cm de ancho, de tal manera que se disponga de espacios seguros para la realización de las actividades.
- Dentro de la Norma antes mencionada se destaca lo siguiente: ``5.6 Los pisos, rampas, puentes, plataformas elevadas y las huellas de escaleras y escaleras deben mantenerse en condiciones tales, que eviten que el trabajador al usarlas resbale``, y en su punto numero 8.3 menciona `` Los pisos del centro de trabajo deben cumplir con lo siguiente:
 - a) Mantenerse limpio
 - b) Contar con un sistema que evite el estancamiento de líquidos;
 - c) Ser llanos para que circulen con seguridad los trabajadores y los equipos de transporte, y estar libres de agujeros, astillas, clavos y pernos que



sobresalgan, válvulas, tubos salientes u otras protuberancias que puedan causar riesgos;

d) Las aberturas temporales para escotillas, conductos, pozos y trampas deben estar protegidas con algún medio, como cercas provisionales o barandales desmontables, de una altura mínima de 90 cm, u otro medio que proporcione protección durante el tiempo que se requiera la abertura´´.

- En el Capítulo octavo del Reglamento Federal de Seguridad, Higiene y Medio Ambiente de Trabajo en su Art. 99 menciona ´´ Los centros de trabajo deberán contar con ventilación natural o artificial y la calidad adecuada, de acuerdo a las Normas correspondientes. En los lugares en donde por los procesos y operaciones que se realicen, existan condiciones o contaminación ambiental, capaces de alterar la salud de los trabajadores, será responsabilidad del patrón efectuar el reconocimiento, evaluación y control de estos, tomando en cuenta la ventilación natural o artificial adecuada, y la calidad y volumen del aire, de conformidad a la Norma correspondiente., y en su Art. 100 dice ´´ En los centros de trabajo en donde por las características de los procesos y operaciones que se realicen, se establezcan sistemas de ventilación artificial, el patrón implantará un programa de verificación y de mantenimiento preventivo y correctivo de los mismos, de conformidad con la Norma aplicable´´.
- En el Reglamento ya antes mencionado en su Art. 76 señala ´´ En los centros de trabajo en donde por los procesos y operaciones se generen ruido y vibraciones, que por sus características, niveles y tiempo de exposición, sean capaces de alterar la salud de los trabajadores, el patrón deberá elaborar el programa de seguridad e higiene, conforme a las Normas aplicables.
- También en su Art. 95 señala con respecto a la Iluminación lo siguiente: ´´ Las áreas, planos y lugares de trabajo, deberán contar con las condiciones y niveles de iluminación adecuadas al tipo de actividad que se realice, de acuerdo a la Norma correspondiente´´., en conformidad a la NOM-025-STPS-1999 menciona



“ 7. Los niveles de iluminación que deben presentarse en el plano de trabajo, para cada tipo de tarea visual o área de trabajo, son los establecidos en la tabla 1” Y en su punto numero 8.1 menciona “ El propósito del reconocimiento, es determinar las áreas y puestos de trabajo que cuenten con una deficiente iluminación o que presenten deslumbramiento, para lo cual se deben considerar los reportes de los trabajadores y realizar un recorrido por todas las áreas del centro de trabajo donde haya trabajadores, así como recabar la información técnica y administrativa que permita seleccionar las áreas y puestos de trabajo por evaluar” en su punto 8.8 dice “ La iluminación en condiciones normales, en la superficie de la señal de seguridad e higiene debe existir una iluminación de 50 lx como mínimo”.

- En el Reglamento ya antes mencionado en su Art, 47 señala “ Las instalaciones eléctricas permanentes o provisionales en los centros de trabajo deberán diseñarse e instalarse con los dispositivos y protectores de seguridad, así como señalizarse de acuerdo al voltaje y corriente de la carga instalada, atendiendo a la naturaleza de las actividades laborales y procesos industriales, de conformidad con las Normas correspondientes.
- Dentro de los Requisitos de seguridad de escaleras y rampas se destaca lo siguiente señalado en la NOM-001-STPS-1999, “ 9.1.1 Las escaleras de los centros de trabajo deben cumplir con lo siguiente: a) tener un ancho constante de al menos 56 cm, con variaciones de hasta 3 cm en cada tramo., b) cuando tengan descansos, el largo de estos debe ser cuando menos de 90 cm, y tener al mismo ancho que las escaleras., c) en cada tramo de la escalera, todas las huellas deben tener el mismo ancho y todos los peraltes la misma altura, con una variación de no mas de 1 cm.” Y en su punto No 9.2.1 menciona “



Las rampas para el tránsito de trabajadores, deben tener una pendiente máxima de diez por ciento.

- La NOM-011-STPS-2001, Condiciones de Seguridad e Higiene en los centros de Trabajo donde se genere Ruido, señala que se deben de establecer las condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo donde se genere ruido que por sus características, niveles y tiempo de acción, sea capaz de alterar la salud de los trabajadores; los niveles máximos y los tiempos permisibles de exposición por jornada de trabajo, su correlación, y la implementación de un programa de conservación de la audición.
- La NOM-019-STPS-1993, Constitución y funcionamiento de las comisiones de seguridad e higiene en los centros de trabajo, es importante “ Establecer una programación anual de verificaciones, asignando prioridades de acuerdo a las incidencias, accidentes y enfermedades de trabajo y a las áreas con mayores condiciones peligrosas, dentro de los 45 días hábiles después del inicio de actividades del centro de trabajo y, posteriormente, a más tardar en los primeros 15 días hábiles de cada año”.

En la programación de actividades es importante por que:

- Concreta el compromiso de los integrantes de la Comisión
- Define responsabilidades de los integrantes
- Permite evaluar el cumplimiento de las actividades
- Realiza las verificaciones programadas, mensuales, bimestrales o trimestrales, según lo acordado en el programa anual, para detectar condiciones peligrosas
- Efectuar verificaciones extraordinarias en caso de accidentes o enfermedades de trabajo.

En cada una de las verificaciones se levantara un acta anotando las condiciones peligrosas y las violaciones, que en su caso existan, al Reglamento Federal de Seguridad, Higiene y Medio Ambiente de Trabajo o a las normas aplicables en la materia, propuestas de medidas para su corrección.



8.2 Control y Medidas de Señales visuales

De acuerdo a la NOM-103-STPS-1994 de Seguridad-Extintores contra incendio a base de agua con presión contenida, deberán cumplir con las especificaciones de funcionamiento que se indican a continuación:

- Adicionarse anticongelante a los extintores cargados con agua.
- Cilindros de acero inoxidable.
- Rendimiento de descarga.
- Válvula
- Manómetros.
- Ser resistentes al ambiente natural extremo y a la interperie.
- La caratula del instrumento deberá ser color rojo.
- Recipiente o cilindro.
- Manguera de descarga.

En la NOM-026-STPS-1998, Colores y Señales de Seguridad e Higiene menciona en las señales de información para salidas de emergencia y primeros auxilios, que estos señalamientos deben tener en forma geométrica rectangular o cuadrada, fondo en color verde y símbolo y flecha direccional en color blanco. La flecha direccional podrá omitirse en el caso en que el señalamiento se encuentre en la proximidad del elemento señalado, excepto en el caso de la señal de ubicación de una salida de emergencia, la cual deberá contener siempre la flecha direccional.



También en dicha norma se menciona las señales de prohibición de una acción susceptible de provocar un riesgo como el fuego. Estas señales deben tener forma geométrica circular, fondo color blanco, bandas circular y diagonal en color rojo y símbolo en color negro .

En el artículo 19 del Reglamento ya mencionado anteriormente dice “ los edificios o locales donde se ubiquen centros de trabajo, ya sean temporales o permanentes, deberán estar diseñados y construidos observando las disposiciones de los reglamentos locales y las Normas aplicables.

Además en su artículo 23 menciona “ las áreas de tránsito de personas deberán contar con las condiciones de seguridad, a fin de permitir la libre circulación en el centro de trabajo, de acuerdo a las actividades que en el mismo se desarrollen y al tipo de riesgo, con apego a lo establecido con las Normas correspondientes.

- En la identificación de oficinas es necesario poner letreros de fácil localización que las personas externas se les facilite su ubicación.
- Los puntos de reunión es necesario tenerlos en constante mantenimiento para identificarlos inmediatamente por los colores.
- Los avisos de simulacro es recomendable darlos a conocer con anticipación de 3 días por medio de correos y con una pancarta la cual este en un lugar estratégico como las entradas o checador.
- Los mapas de evacuación es importante que sean de un tamaño considerable como un pizarrón el cual permita detectar los puntos de salidas de emergencia y de reunión.



8.3 Control y Medidas de Actitudes de personal

De acuerdo al artículo 107 del Reglamento menciona “ El patrón deberá establecer un programa para que el orden y la limpieza de los locales de los centros de trabajo, la maquinaria y las instalaciones, de acuerdo a las necesidades de la actividad que se desempeñe y a lo que disponga la Norma correspondiente. La limpieza se hará por lo menos al término de cada turno de trabajo.”

En su artículo 108 dice “ Los servicios sanitarios destinados a los trabajadores, deberán conservarse permanentemente en condiciones de uso e higiénicas ”.

Y en su artículo 109 “ La basura y los desperdicios que se generen en los centros de trabajo, deberán identificarse, clasificarse, manejarse y, en su caso, controlarse, de manera que no afecten la salud de los trabajadores y al centro de trabajo.

- Es importante que se establezcan tiempos de trabajo el cual permita que haya una organización en las tareas.
- Se deben de crear lazos trabajador – empresa con estímulos por parte de los superiores el cual permita crear en el trabajador un verdadero compromiso por su trabajo.
- Es necesario reforzar los valores de los trabajadores con actividades que les permita reconocer sus aptitudes y habilidades.



9. Conclusiones

Como conclusión se expone que es importante que en toda empresa se lleve en práctica un Plan de Seguridad e Higiene ya que este contribuye al bienestar y salud de los trabajadores, como se observó en este proyecto se detectaron ciertas irregularidades las cuales se pueden corregir con disciplina y disposición de todos los trabajadores, así como con la ayuda de los directivos, además es importante que cada ciclo anual se realice una revisión al Programa a fin de que se midan los resultados y se implementen mejoras.

Este Plan solamente funcionará si están los trabajadores, la Comisión de Seguridad y los directivos involucrados con este, además a la hora de implementarlo es necesario que se realicen recorridos de verificación para que observe su cumplimiento.

En este proyecto se contó con la ayuda del Área Administrativa el cual es muy buen inicio para implementar este Plan de Seguridad e Higiene.

Por último es importante señalar que para sustentar las opiniones del reconocimiento y análisis crítico y así poder exponer nuestras recomendaciones para el control y medidas correctivas se fundamentó en las Leyes y Normas que se señalaron en las recomendaciones expuestas.



10. Anexos

OFICINAS





PASILLOS





SEÑALES





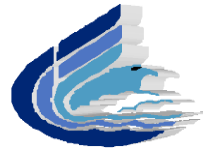
ENTRADAS DE ACCESO





SEÑALES Y RUTAS DE CIRCULACION





INSTALACIONES EXTERNAS





11. Marco Conceptual

SEGURIDAD EN EL TRABAJO

Es el conjunto de acciones que permiten localizar y evaluar los riesgos, y establecer las medidas para prevenir los accidentes de trabajo.

CONDICIONES INSEGURAS

Se refieren al grado de inseguridad que pueden tener los locales, la maquinaria, los equipos, las herramientas y los puntos de operación.

ACTOS INSEGUROS

Es la causa humana que actualiza la situación de riesgo para que se produzca el accidente.

RIESGOS DE TRABAJO

Es toda lesión orgánica o perturbación funcional, inmediata o posterior, o la muerte producida repentinamente en ejercicio, o con motivo del trabajo, cualesquiera que sean el lugar y el tiempo en que se preste.

Quedan incluidos en la definición anterior los accidentes que se produzcan al trasladarse el trabajador directamente de su domicilio al lugar de trabajo y de este a aquel, art. 474 LFT.

TIPO O MECANISMO DE ACCIDENTE DE TRABAJO

A las formas según las cuales se realiza el contacto entre los trabajadores y el elemento que provoca la lesión o la muerte.

ENFERMEDAD DE TRABAJO

Una enfermedad de trabajo se considera como todo estado patológico derivado de la acción continuada de una causa que tenga origen en el trabajo o en el medio en que el trabajador se desempeña.

RUIDO

Son los sonidos cuyos niveles de presión acústica, en combinación con el tiempo de exposición de los trabajadores a ellos, pueden ser nocivos a la salud del trabajador.

DECIBEL

Es una unidad de relación entre dos cantidades utilizada en acústica, y que se caracteriza por el empleo de una escala logarítmica de base 10. Se expresa en dB

**ACCIDENTE DE TRABAJO**

Es toda lesión orgánica o perturbación funcional, inmediata o posterior, o la muerte producida repentinamente en el ejercicio, o con motivo del trabajo, cualesquiera que sean el lugar y el tiempo en que se presente.

LIMITE MAXIMO PERMISIBLE DE RUIDO

Es aquel que se registra con variaciones en un nivel sonoro "A" dentro de un intervalo de 5 dB

LIMITE MINIMO DE ILUMINACION

Son las condiciones normales, en la superficie de la señal de seguridad e higiene debe existir una iluminación de 50 lx como mínimo.



12. Bibliografía

Legislación como referencia

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (art.123)

Reglamento Federal de Seguridad e Higiene y Medio Ambiente

Disposiciones Generales (art. 1 al 16)

Obligaciones de los Patrones (art. 17)

Obligaciones de los Trabajadores (art. 18)

Condiciones de Seguridad

Edificios y locales (art. Del 19 al 25)

Prevención, protección y combate de incendios (art. Del 26 al 28)

Instalaciones eléctricas (art. Del 47 al 51)

Condiciones de Higiene

Ruido y Vibraciones (art. Del 76 al 78)

Iluminación (art. Del 95 al 98)

Ventilación (art. Del 99 al 100)

Orden y la Limpieza (art. Del 107 al 110)

Capacitación (art. Del 135 al 141)

Vigilancia, Inspección y Sanciones Administrativas (art. Del 161 al 168)

Normas Oficiales Mexicanas

NOM-026-STPS-1998 NORMA OFICIAL MEXICANA, COLORES Y SENALES DE SEGURIDAD E HIGIENE, E IDENTIFICACION DE RIESGOS POR FLUIDOS CONDUCTOS EN TUBERIAS.



NOM-011-STPS-2001 NORMA OFICIAL MEXICANA, CONDICIONES DE SEGURIDAD E HIGIENE EN LOS CENTROS DE TRABAJO DONDE SE GENERE RUIDO.

NOM-025-STPS-1999 NORMA OFICIAL MEXICANA, CONDICIONES DE ILUMINACION EN LOS CENTROS DE TRABAJO.

NOM-001-STPS-1999 NORMA OFICIAL MEXICANA, EDIFICIOS, LOCALES, INSTALACIONES Y AREAS EN LOS CENTROS DE TRABAJO-CONDICIONES DE SEGURIDAD E HIGIENE.

NOM-103-STPS-1994 NORMA OFICIAL MEXICANA, SEGURIDAD-EXTINTORES CONTRA INCENDIO A BASE DE AGUA CON PRESION CONTENIDA.

NOM-002-STPS-2000 NORMA OFICIAL MEXICANA, CONDICIONES DE SEGURIDAD – PREVENCIÓN, PROTECCIÓN Y COMBATE DE INCENDIOS EN LOS CENTROS DE TRABAJO

NOM-019-STPS-1993 NORMA OFICIAL MEXICANA, CONSTITUCIÓN Y FUNCIONAMIENTO DE LAS COMISIONES DE SEGURIDAD E HIGIENE EN LOS CENTROS DE TRABAJO.

