

UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO, RECINTO DE CIENCIAS MÉDICAS
SUSAN HARWOOD TRAINING GRANT – #SH-23526-12-60-F-72

ADIENTRAMIENTO EN ERGONOMÍA Y COMUNICACIÓN DE RIESGOS PARA EMPLEADOS DE COMEDORES ESCOLARES

MATERIAL INSTRUCCIONAL

¡AY! ¡QUE DOLOR!

**PELIGROS QUÍMICOS
EN LOS COMEDORES ESCOLARES**

**TRABAJAR EN UN LUGAR SEGURO
Y SALUDABLE: DERECHO DE
TODOS LOS TRABAJADORES**



Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

ADIESTRAMIENTO EN ERGONOMÍA Y COMUNICACIÓN DE RIESGOS PARA EMPLEADOS* DE COMEDORES ESCOLARES

¿Cómo funciona este adiestramiento?

Los empleados tienen la mayor cantidad de información sobre los riesgos de sus trabajos, ya que están expuestos a éstos todos los días. Sus experiencias e ideas son extremadamente útiles para ayudar a otros a resolver problemas que puedan encontrar en la configuración de sus estaciones, herramientas, equipos o procesos de trabajo. Nuestra experiencia nos valida que los empleados aprenden mejor cuando pueden compartir experiencias y aprenden unos de otros.

Este adiestramiento utiliza el “método de actividad en grupos pequeños” (SGAM por sus siglas en inglés). El método está diseñado para permitir a los grupos resolver problemas de su vida laboral basándose en sus destrezas y experiencias. Este método permite que los empleados aprendan a su ritmo a través del “aprendiendo al hacer”.

Discusiones en grupos pequeños

Este adiestramiento siempre operará con los empleados trabajando en grupos. La idea es trabajar en conjunto utilizando la experiencia de cada uno para resolver problemas y emitir opiniones en asuntos importantes. Parte de las tareas implican leer del material instruccional para desarrollar una opinión sobre un tema. Se cubrirán tres temas en el adiestramiento. Cada uno tiene sus actividades y ejercicios para generar discusión y aplicación.

Informando al grupo

Para cada tema, el grupo selecciona un portavoz cuyo rol es tomar notas en la discusión del grupo pequeño e informar en plenaria al resto del grupo. Este informe debe generar discusión entre los otros grupos quienes pueden haber evaluado el mismo problema de forma distinta.

Resumen

Los facilitadores resaltarán puntos importantes de la discusión. Aquí los grupos tendrán la oportunidad de presentar algún punto o problema que se pasó por alto en la discusión en plenaria. Los buenos resúmenes son cortos y al punto.

**A través de todo el documento incluimos en el término “empleados” tanto a mujeres como hombres.*

¡AY! ¡QUE DOLOR!



ERGONOMÍA REQUERIDA EN LAS TAREAS EN LOS COMEDORES ESCOLARES

OBJETIVO GENERAL:

- Que los empleados de comedores escolares conozcan e identifiquen los factores de riesgo relacionados al tipo de tareas que realizan para prevenir lesiones ocupacionales

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Conocer sobre los riesgos existentes en las tareas que se realizan en los comedores escolares
- Familiarizarse con los factores de riesgo
- Relacionar los factores de riesgo con el desarrollo de lesiones ocupacionales
- Conocer cómo protegerse y prevenir lesiones ocupacionales

ACTIVIDADES:

- Discusión en grupos pequeños y plenarias
- Estudio de casos y preguntas guías
- Repaso general y evaluación general

MATERIALES NECESARIOS

- Manual de adiestramiento
- Documento de referencia
- Lápices y bolígrafos
- Materiales del juego

EVALUACIÓN

- Mediante el juego identificarán las respuestas correctas a las situaciones presentadas

MATERIAL INSTRUCCIONAL

¡Ay! ¡Que dolor!

Los empleados de los comedores escolares sufren de lesiones y dolores en la espalda, los brazos y manos más que ningún otro problema de salud.

Los empleados de los comedores escolares sufren de lesiones, dolores en la espalda y brazos, las manos y brazos más que ningún otro problema de salud. Un alto porcentaje de las lesiones que les hacen ausentarse al trabajo se deben a inflamaciones o desgarres, al igual que lesiones de la espalda. El término técnico para referirse a estas lesiones es “trastornos músculo-esqueléticos relacionados al trabajo.” Estos se definen como desórdenes de los músculos, nervios, tendones, ligamentos, articulaciones, cartílagos o discos que reflejan un desarrollo gradual, acumulativo o crónico. Estos trastornos producen dolor y afectan:

- el cuerpo del empleado
- la capacidad de trabajar del empleado
- el ingreso del empleado
- la calidad de vida del empleado.

La ciencia de la Ergonomía nos ayuda a disminuir y prevenir estos trastornos con mejor equipo, herramientas, métodos y condiciones de trabajo. La meta de esta ciencia es adaptar el trabajo a los empleados ajustando las condiciones de trabajo y exigencias del mismo a las capacidades de todos los empleados. Los ‘ajustes’ efectivos y exitosos aseguran una alta productividad, evita enfermedades, riesgos de lesiones y una mayor satisfacción entre la fuerza laboral.

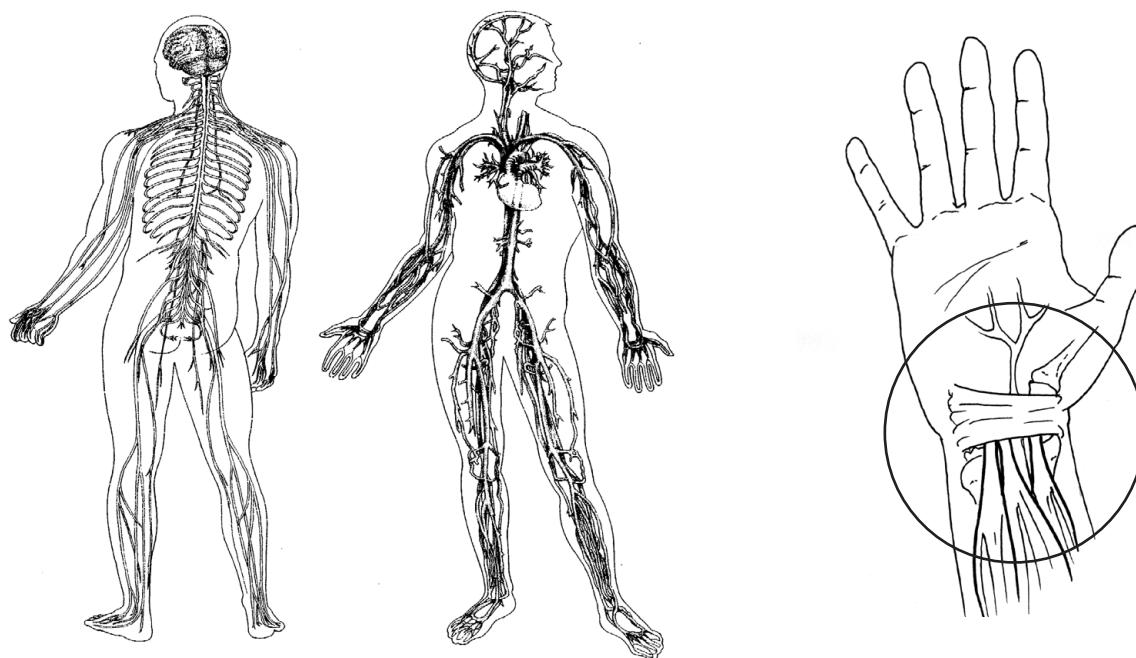
A veces los malestares musculares comunes se pueden confundir con síntomas de trastornos músculo-esqueléticos relacionados al trabajo. En la mayoría de los casos estos malestares musculares, sólo duran algunos días, generalmente debido a la falta de acondicionamiento físico. Sin embargo, si los síntomas se mantienen o se agravan gradualmente, esto sí podría ser indicativo de un trastorno músculo-esquelético. Específicamente, si se agravan al ejercer algunas tareas.

Algunos de los síntomas a los que hay que estar alerta son:

- hormigueo o extremidades que se quedan “dormidas”
- quemazón o sensación caliente
- dolor al moverse, al poner presión en el área del cuerpo,
- dolor al exponerse al frío extremo o vibración
- limitación de movimiento
- limitación en la fuerza de agarre
- inflamación o hinchazón
- rigidez en las articulaciones
- fatiga o dificultad en mantener rendimiento/desempeño
- cambios en el color de la piel.

Estos síntomas afectan principalmente a tres sistemas del cuerpo. El sistema nervioso, el sistema músculo-esquelético y el sistema cardiovascular. Algunos trastornos comunes relacionados con estos sistemas son: el Síndrome del Túnel Carpal y la Tendonitis y Vibración Mano-brazo, respectivamente.

Estos trastornos se pueden reducir con mejor equipo, herramientas, prácticas y condiciones de trabajo. La ciencia de Ergonomía nos ayuda a lograr ese objetivo entre los empleados y sus condiciones de trabajo. La meta de esta ciencia es adaptar el trabajo a los empleados para que no sufran lesiones.



1. ¿Qué es Ergonomía?

2. ¿Qué son desórdenes o trastornos músculo-esqueléticos y cómo se pueden controlar?

3. ¿Qué sistemas del cuerpo están más susceptibles a estas lesiones ocupacionales?

Posibles factores de riesgo en sus áreas de trabajo

Hay ciertos trabajos o condiciones del mismo que causan presión, fatiga, incomodidad y dolor. Estos se llaman factores de riesgo ergonómico y la exposición continua a estas condiciones pueden aumentar la probabilidad de los desórdenes músculo-esqueléticos. Si en su trabajo usted tiene algunas de las condiciones o factores de riesgo que se mencionan a continuación, estos podrían aumentar la probabilidad de lesionarse:

- agarrar con fuerza excesiva
- levantar cargas
- inclinarse o torcer el cuerpo
- arrodillarse por tiempo prolongado
- hacer alcances excesivos
- mover frecuentemente la muñeca, codos y hombros
- inclinar o estirar el cuello
- caminar sobre superficies mojadas o resbalosas
- descansar o presionar las palmas de la mano, manos, muñecas, antebrazos, codos, abdomen, axilas o la parte superior de las piernas contra superficies duras, mangos o bordes afilados
- utilizar herramientas manuales vibratorias
- exponerse a cambios dramáticos de temperatura.

4. Utilice la siguiente tabla para identificar qué tareas del comedor tienen factores de riesgo que puedan causar lesiones.

Factores de Riesgo	Tarea

5. ¿Cómo sabe si las condiciones de su trabajo le causan o pueden causarles problemas?



Formas de mitigar o reducir factores de riesgo en sus áreas de trabajo

El analizar su área de trabajo le ayuda a identificar si hay exposición a los factores de riesgo ergonómicos. También le ayuda a determinar la forma de reducir o prevenir estos factores de riesgo. Con el fin de hacerlo, se puede utilizar cualquiera de los siguientes métodos o una combinación de ellos.

1. Controles de ingeniería- reducen o eliminan las condiciones potencialmente peligrosas incorporando cambios que reconfiguran o modifican el área de trabajo, las herramientas y el equipo utilizado por el empleado. Por ejemplo, usted puede colocar productos pesados y utensilios de cocina más cerca a la altura de la cintura. Estos se consideran soluciones duraderas que van a la raíz de los problemas.
 2. Controles administrativos- establecen cambios en las prácticas laborales y las políticas de manejo. Por ejemplo, los esquemas de rotación de tarea. Estos se consideran soluciones provisionales hasta que la raíz de la causa del problema pueda ser solucionada.
 3. Equipo de protección personal (PPE, por sus siglas en inglés)- estos proporcionan una barrera entre el empleado y el origen del problema. Sirve para reducir la exposición y se consideran soluciones provisionales. Algunos ejemplos son guantes, delantales, gafas de seguridad.
- 6. Discuta ejemplos que puede utilizar para reducir factores de riesgo en sus áreas de trabajo.**

Tareas Problemáticas	Solución

¿Cómo se manifiestan los factores de riesgo?

La lista que presentamos a continuación le ofrece ejemplos de cómo se manifiestan los factores de riesgo en las distintas tareas que podrían estar creando problemas.

FUERZAS AL LEVANTAR OBJETOS

- ¿El levantamiento requiere agarrar el objeto con los dedos como pellizco?
- ¿El levantamiento se hace con una sola mano?
- ¿Se levantan objetos muy pesados sin la ayuda de equipos mecánicos o equipos (tales como carritos)?
- ¿Los objetos pesados se levantan mientras dobla el torso, o gira la cintura de lado y lado?
- ¿Al levantar los objetos pesados se requiere alcances o estirar la mano sobre el hombro?

FUERZAS AL EMPUJAR, HALAR O CARGAR OBJETOS

- ¿Los carritos son difíciles de mover?
- ¿En el suelo hay desperdicios, superficies con grietas o irregulares?
- ¿Tiene problemas con las ruedas de los carritos?
- ¿Para mover objetos usted acostumbra a halar en vez de empujar?
- ¿Los objetos pesados se cargan por una distancia larga?

FUERZA PARA UTILIZAR HERRAMIENTAS, UTENSILIOS

- ¿Las herramientas requieren el agarre de pellizco, o un solo dedo para activarse?
- ¿Las herramientas o utensilios son muy grandes o muy pequeñas para la mano del empleado?
- ¿El mango de las herramientas es muy ancho?
- ¿El mango de las herramientas es muy finito?

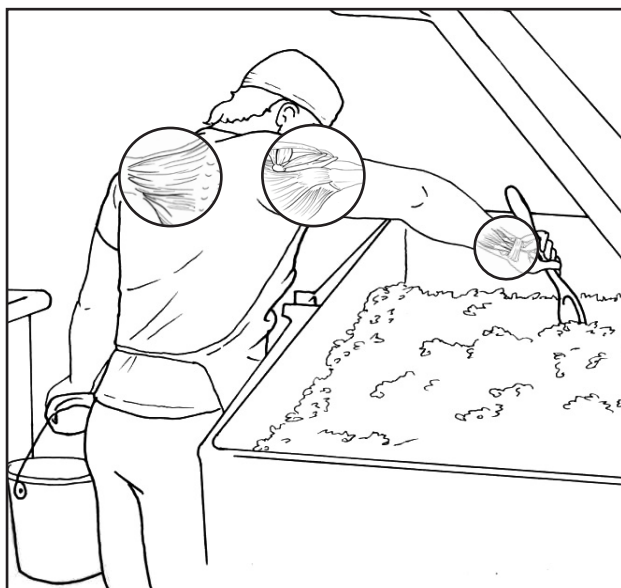


TAREAS REPETITIVAS

- ¿Se requieren movimientos repetitivos en la muñeca al preparar o servir la comida?
- ¿Se requieren movimientos o giros rápidos en la muñeca al preparar o servir la comida?
- ¿Se requiere fuerza repetitiva solo de los dedos? (exprimir chinas, amasar harina)

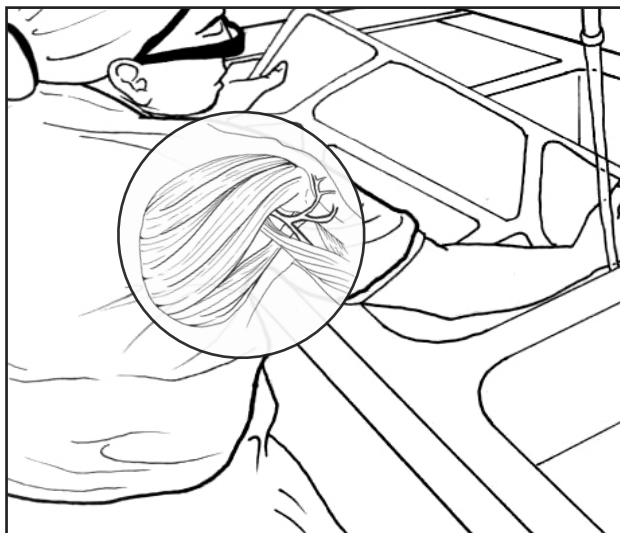
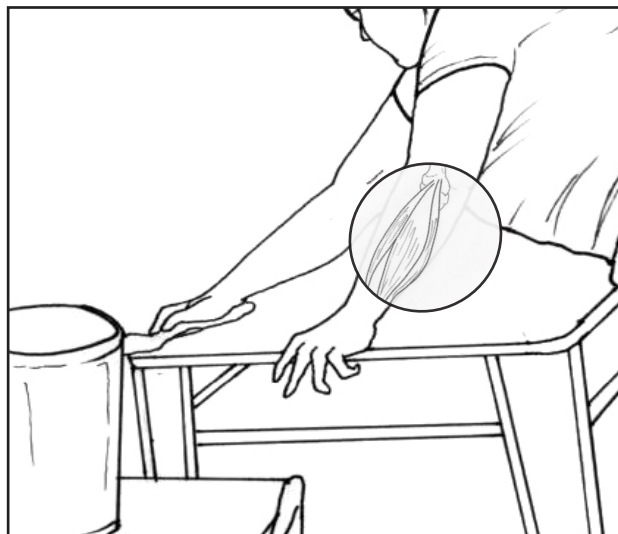
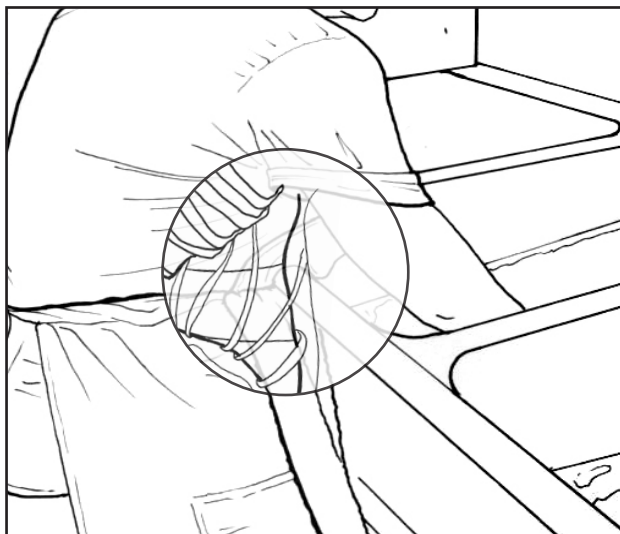
POSTURAS DESVIADAS O SOSTENIDAS

- ¿Tiene que doblar la espalda o girar mientras se levantan o se cargan objetos?
- ¿Tiene que levantar o acomodar objetos desde espacios estrechos o incómodos?
- ¿Sus tareas requieren doblarse, recostarse, agacharse?
- ¿Sus tareas requieren trabajar con las muñecas dobladas o desviadas? (ej. al cocinar, servir comida, fregar, cargar bandejas)
- ¿Sus tareas requieren que sus manos se muevan debajo de la cintura o por encima de los hombros?
- ¿Sus tareas requieren empujar objetos hacia el lado o movimientos de alcance hacia detrás del cuerpo?
- ¿El trabajo requiere que esté de pie por tiempo prolongado sin alfombras anti-fatiga?



ESTRÉS DE CONTACTO LOCALIZADO

- ¿Hay orillas duras o filosas donde tiene que recostarse durante sus tareas?
- ¿Los empleados usan sus manos como alicate? (ej. para cerrar envases)
- ¿Las orillas de los mangos de los utensilios o herramientas presionan en la palma de la mano?



ELEMENTOS GENERALES

- ¿Los cuchillos se mantienen afilados?
- ¿La altura de los topes, superficies y áreas de trabajo se mantienen al nivel de altura del codo?
- ¿Los carritos se utilizan para mover objetos pesados?
- ¿El diseño del carrito ayuda a mantener los objetos contenidos? (no se ruedan)
- ¿Se proveen escalerillas para alcanzar tablillas altas?
- ¿Las cajas y contenedores tienen mangos o aberturas para insertar las manos y poder cargarlos?
- ¿La altura y profundidad de los topes son adecuadas para los empleados?
- ¿La mayoría del trabajo se desarrolla a la altura de nivel del codo?
- ¿Las balanzas, cortadoras y otro equipo se mantienen en superficies al nivel del codo?
- ¿La temperatura en el área de trabajo se mantiene constante? (no hay entrada y salida de frigoríficos, o exposiciones a mucho calor o humedad)

Resumen

Implementando soluciones que prevengan trastornos

En este módulo se ha presentado una descripción de las condiciones que pueden encontrarse en nuestras tareas diarias y que pueden aumentar la probabilidad de una lesión relacionada a nuestro trabajo. A continuación ofrecemos una lista de recomendaciones que se pueden implementar para prevenir estas lesiones.

AGARRES

- El agarre de poder se describe como “envolver” todos los dedos y el pulgar alrededor del objeto sujetado. Algunas veces se describe como hacer un “puño” alrededor del objeto.
- Un agarre de poder utiliza los músculos de la mano y antebrazo efectivamente y resulta menos estresante que el agarre de pellizco. Mientras sea posible, los agarres de poder deben utilizarse.
- Los agarres de pellizco son aceptables para objetos pequeños y ligeros (paquetes de condimentos).

LEVANTAMIENTOS

- La mayoría de las tareas relacionadas al servicio de alimentos requieren levantamientos. Para determinar si las condiciones de un levantamiento pueden causar lesiones hay que evaluar el peso y tamaño del objeto, determinar cuántas veces se levanta, cuán cerca está del piso, cuán alto debe levantarse, cuán lejos hay que alcanzarlo y si es de fácil de agarrar.
- Mantener los levantamientos y las áreas de trabajo entre los nudillos y el pecho del empleado y cerca del cuerpo.

POSTURAS

- Mantener los alcances frecuentes a una distancia entre el codo y los dedos (cuando el brazo está a 90 grados).
- Mantener los alcances infrecuentes dentro del alcance del brazo extendido hacia el frente.
- Proveer espacio para los dedos de los pies, de por lo menos 4 pies debajo del gabinete de servir la comida.
- Proveer alfombras anti fatiga para reducir la fatiga en las piernas.
- Utilice cucharas y utensilios livianos que mantengan las muñecas derechas con el antebrazo.

FUERZAS

- Utilice los carritos con bordes altos para evitar que los productos se deslicen y se salgan del carro.
- No lleve cargas pesadas por una distancia extrema (sobre 27 pies).
- Mantenga cuchillos y utensilios de corte amolados.
- Evite descansar los antebrazos, las palmas de las manos y el área abdominal sobre bordes filosos.

7. ¿Cuáles son las condiciones a evaluarse para determinar si un levantamiento es seguro o no?

Fuentes de Referencia:

“Elements of Ergonomic Programs: A Primer based on Workplace Evaluations of Musculoskeletal Disorders DHHS (NIOSH) Publication Number 97-°©117”

“Guidelines for Retail Grocery Stores OSHA publication # 3192-06N”

“Simple Solutions, Ergonomics for Agriculture Workers DHHS (NIOSH) Publication Number 2007-122”

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

Universidad de Puerto Rico , Recinto de Ciencias Médicas
Susan Harwood Training Grant #SH-23526-12-60-F-72
ADIESTRAMIENTO EN ERGONOMÍA Y COMUNICACIÓN DE RIESGO
PARA EMPLEADOS DE COMEDORES ESCOLARES

EJERCICIO DE CONOCIMIENTO 1

IDENTIFICA Y CORRIGE EL FACTOR DE RIESGO

OBJETIVO

Utilizando la hoja de cotejo de factores de riesgo, los participantes identificarán la presencia de factores de riesgo en las tareas reseñadas en las fotos o ilustraciones.

PROCEDIMIENTO

Se formarán 4 grupos de 5 personas. Cada persona utilizará la hoja de cotejo previamente distribuida. Marcarán con una (x) los riesgos que ven en las tareas reseñadas en las fotos o ilustraciones. Se les otorgará 10 minutos para identificar los riesgos. Discutirán entre ellos por 10 minutos, los riesgos identificados y como reducir o mitigar los mismos.

MATERIALES

1. Listas de cotejo
2. Fotos o ilustraciones con tareas reseñadas
3. Hoja para anotar
4. Rotafolio accesible por si lo necesitan

Universidad de Puerto Rico , Recinto de Ciencias Médicas
Susan Harwood Training Grant #SH-23526-12-60-F-72
ADiestramiento en Ergonomía y Comunicación de Riesgo
Para Empleados de Comedores Escolares

EJERCICIO DE CONOCIMIENTO 2 COMPETENCIA DE FAMILIA

OBJETIVO

Identificar los factores de riesgo en las ilustraciones de las tareas realizadas por los participantes.

El grupo que más riesgos identifique gana.

PROCEDIMIENTO

Se le distribuyen sellitos a cada grupo. Se presentarán las ilustraciones/fotos identificando las tareas que ellos desarrollan todos los días. Cada grupo tiene un turno para identificar que partes del cuerpo están en riesgo. Localizarán los sellos en la coyuntura a riesgo. Luego identificarán como reducir esos factores de riesgo. El grupo que más riesgos reconozca y reduzca es el ganador.

MATERIALES

1. Sellos
2. Ilustraciones
3. Hoja para anotar
4. Rotafolio o pizarra magnética

PELIGROS QUÍMICOS EN LOS COMEDORES ESCOLARES

PELIGROS QUÍMICOS EN LOS COMEDORES ESCOLARES

OBJETIVO GENERAL:

- Al finalizar la lectura, los empleados reconocerán los peligros químicos existentes en el comedor escolar

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Reconocer los componentes de la reglamentación de Comunicación de Riesgos (HazCom)
- Identificar las partes más importantes de la hoja informativa sobre los materiales químicos (“MSDS”)
- Conocer sobre el Sistema Globalmente Armonizado para el etiquetado de las sustancias químicas
- Reconocer qué hacer para reducir la exposición a los productos químicos en el comedor escolar

ACTIVIDADES:

- Lectura en subgrupos del material educativo de los peligros químicos
- Discusión del material por grupo (asignar una pregunta a cada grupo)

- Ejercicio de identificación o pareo de las definiciones de las ilustraciones sobre los distintos componentes del reglamento de Comunicación de Riesgos
- Ejercicio de búsqueda de información en las etiquetas de los productos químicos

MATERIALES NECESARIOS

- Hojas informativas sobre el tema
- Lápices y bolígrafos
- Papeles para notas
- Preguntas guías para la discusión
- Tarjetas con información e ilustraciones sobre el Reglamento de Comunicación de Riesgos

EVALUACIÓN

- De contenido: actividad de pareo utilizando tarjetas con ilustraciones y definiciones sobre el Reglamento de Comunicación de Riesgos
- De proceso: hoja de evaluación (general)

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

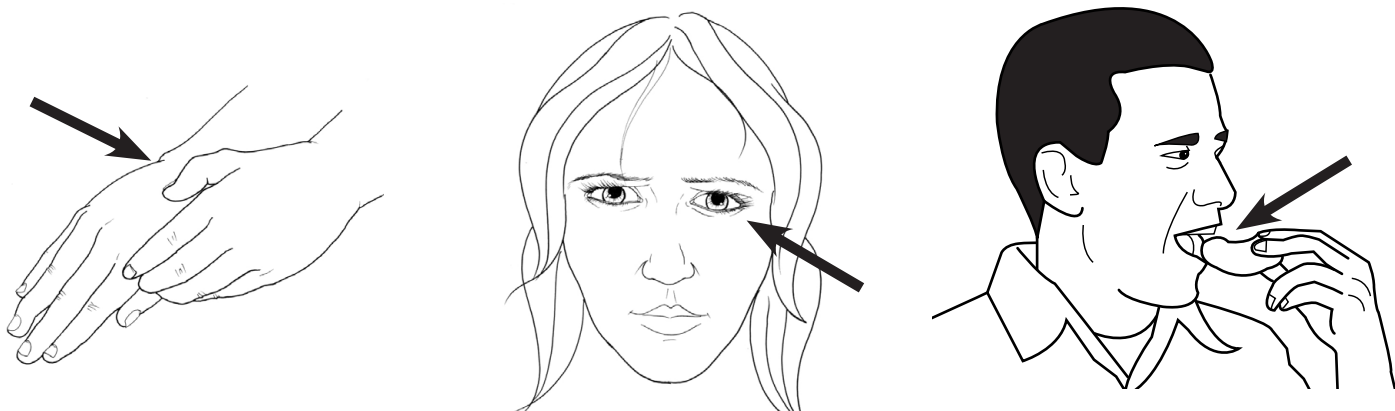
MATERIAL INSTRUCCIONAL

PELIGROS QUÍMICOS EN LOS COMEDORES ESCOLARES

Los productos que se usan en los comedores escolares a veces contienen sustancias químicas dañinas para la salud.

LAS SUSTANCIAS QUÍMICAS PUEDEN ENTRAR EN SU CUERPO SI:

- Respira vapor, polvo o neblina del producto (inhalación)
- El producto entra en contacto con la piel, los ojos, o la boca (contacto directo)
- Si se consume alimentos contaminados con estas sustancias o se ingiere directamente el producto (ingestión)
- Si penetra la piel (absorción)



1. ¿Cómo los productos químicos usados en los comedores escolares pueden entrar en su cuerpo?

1.
2.
3.
4.

Los productos químicos le afectan de manera diferente a cada persona. El efecto a la exposición del producto químico va a depender de la cantidad a la que usted se haya expuesto. Puede que se sienta mal inmediatamente o que se sienta enfermo después de un período de tiempo. La exposición se puede “acumular”, especialmente cuando se usan muchos productos al mismo tiempo. También cuando los productos se usan diariamente o cuando la ventilación es inadecuada. Si se usan productos químicos durante todo el día, todos los días, es más probable que se pueda enfermar. Este peligro se reduce si se eliminan o se sustituyen los productos químicos por otros menos peligrosos, si se utilizan controles de ingeniería como sistemas de ventilación, si se establecen controles administrativos (por ejemplo, si se realiza rotaciones en los turnos de trabajo durante el manejo de los productos químicos) o si se utiliza equipo de protección personal.

El Reglamento de Comunicación de Riesgos (29 CFR 1910.1200) tiene como propósito principal el asegurar que patronos y empleados conozcan los riesgos de trabajo y cómo protegerse a sí mismos de la exposición a productos químicos peligrosos. Esto significa que se deben reducir los casos de las lesiones y las enfermedades causadas por productos químicos.

2. ¿Cuál es el propósito principal del Reglamento de Comunicación de Riesgos (RCR)?

Sustancias químicas peligrosas que se encuentran en los productos utilizados para la limpieza y la desinfección en el comedor escolar

Los productos para la limpieza y la desinfección del comedor escolar tales como: los detergentes, los limpiadores para pisos y superficies y los desinfectantes, contienen muchas sustancias químicas. Algunas de estas sustancias son más dañinas que otras. Con el tiempo y la exposición repetida o el uso de altas concentraciones, estos productos pueden afectarle directamente o causarle una reacción alérgica. Cada persona es diferente. No todos los que

entran en contacto con estas sustancias químicas sufren estos efectos, ni inmediatamente ni mucho después. Algunas sustancias químicas posiblemente peligrosas presentes en estos productos son los siguientes:



- CUATERNARIO DE AMONIA: se encuentra en el producto desinfectante
- OCTANO SULFONATO DE SODIO: se encuentra en el limpiador multiusos
- MONOETANOLAMINA: se encuentra en el limpiador para materiales en acero inoxidable
- HIDRÓXIDO DE SODIO: se encuentra en el limpiador de hornos

Todas estas sustancias químicas producen irritación de ojos y piel. Además pueden causar asma y dermatitis entre otras condiciones de salud.

3. ¿Cuáles son los posibles efectos a la salud de la exposición a productos químicos usados en los comedores escolares?

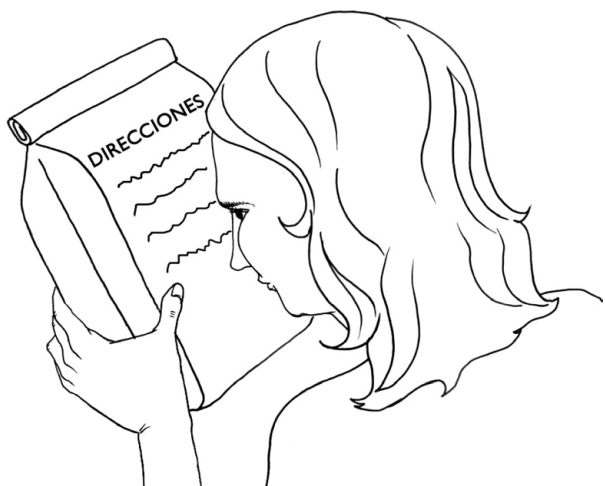
POSIBLES EFECTOS A LA SALUD

¿Dónde encontrar información sobre las sustancias químicas que se encuentran en los productos usados para la limpieza y la desinfección del comedor escolar?

Como parte del Reglamento de Comunicación de Riesgos a los trabajadores, se puede obtener información sobre los productos en los mismos envases y en la documentación impresa que se entrega con el producto, según está en la hoja informativa sobre los materiales químicos (MSDS) y en la nueva Ficha de Datos de Seguridad (FDS)

ETIQUETAS DE LOS PRODUCTOS

Como mínimo, la etiqueta en los productos que contengan sustancias químicas peligrosas debe tener la siguiente información:



- El nombre y la dirección del fabricante o distribuidor del producto
- Una explicación de la clase del producto y de su uso. Por ejemplo, el nombre, la descripción o una ilustración
- Datos sobre el producto, como instrucciones para su uso seguro, y si el producto puede presentar algún peligro si se usa incorrectamente
- Todas las advertencias y precauciones de manejo necesarias

OSHA ha actualizado los requisitos del etiquetado de los productos químicos peligrosos bajo el Reglamento de Comunicación de Riesgos (RCR).

Apartir del 1 de junio de 2015, a todas las etiquetas de los productos se les requerirá pictogramas, una palabra de advertencia, normas de riesgos y de precaución, la identificación del producto y la identificación (información) del proveedor del producto según el Sistema Globalmente Armonizado de Clasificación y Etiquetado de los Químicos (SGA). El SGA es un sistema que permite la clasificación de los químicos por el tipo de riesgo y propone elementos estandarizados de comunicación. Esto implica cambios a las etiquetas de los productos químicos y a las fichas informativas sobre los materiales químicos (FDS).

4. ¿Qué es el Sistema Globalmente Armonizado de Clasificación y Etiquetado de los Químicos?

Según el SGA, la información siguiente es requerida para todas las etiquetas:

1. IDENTIFICACIÓN DEL PRODUCTO: esto significa que el producto químico se debe identificar (pero no se limita) con su nombre, codificación o número de lote. Es importante que el fabricante, proveedor o distribuidor identifique el producto adecuadamente. La información sobre la identificación del producto debe ser igual en la etiqueta y en la Sección 1 de la Ficha de Datos de Seguridad (FDS).
2. PALABRA DE ADVERTENCIA: se usa para indicar el grado de severidad del riesgo e informa al lector sobre el riesgo potencial del producto químico. Hay dos palabras señales: **“Precaución”** que será utilizado para los riesgos menos severos y **“Peligro”** a usarse en riesgos más severos. En la etiqueta se colocará solamente una palabra señal sin importar cuántos riesgos tenga el producto químico. Por ejemplo, si hay más de un riesgo en un producto químico y uno de esos riesgos es de “Peligro” y el otros es de “Precaución”, se usará el de “Peligro” en la etiqueta. O sea, el que represente mayor grado de severidad.
3. PICTOGRAMAS: efectivo el 1 de junio de 2015, se exigirá pictogramas en las etiquetas para advertir a los usuarios de los peligros químicos a los que pueden estar expuestos. Cada pictograma representa un peligro definido y consiste en un símbolo de color negro sobre un fondo blanco enmarcado con un borde en forma de cuadrado rojo. La clasificación del peligro químico determina el pictograma que muestra la etiqueta.

Pictograma	Nombre del pictograma	Significado pictograma
	Peligro crónico a la salud	Este es el símbolo que aparecerá en los químicos que presentan los peligros crónicos a la salud.
	Peligroso al medio ambiente	Este símbolo aparecerá en aquellas sustancias que son peligrosas al medio ambiente.
	Signo de exclamación	Este símbolo aparecerá en los químicos que tienen una toxicidad menos peligrosa. Causa daño si se lo traga, si lo respira, causa daño a la piel. Causa irritación a la piel y ojos. Causa reacción alérgica a la piel.
	Oxidante	Este símbolo aparecerá en sustancias químicas que al reaccionar con otras (en particular las inflamables) pueden causar un fuego o una explosión más grande.
	Explosivo	Este símbolo aparecerá en los químicos que son explosivos.
	Inflamable	Este símbolo aparecerá en los químicos que son inflamables.
	Gas	Este símbolo aparecerá en los químicos que son: gases bajo presión, gases comprimidos, gases licuados refrigerados, gases disueltos.
	Corrosivo	Este símbolo aparecerá en los químicos que tienen propiedades corrosivas. Dependiendo de las propiedades corrosivas de los productos químicos, puede ser corrosivo al metal, puede causar quemaduras serias a la piel u ojos.
	Calavera con huesos cruzados	Este símbolo aparecerá en los productos químicos más tóxicos. Puede ser tóxico o fatal si se lo respira, traga y/o tiene contacto con la piel.

4. ENUNCIADO DE PELIGRO: describe la naturaleza y el grado de peligrosidad de un producto químico. Por ejemplo: “causa daño a los riñones por la exposición repetida o prolongada cuando se absorbe a través de la piel”.

Todos los enunciados de peligrosidad deben aparecer en la etiqueta. El enunciado debe estar claro y específico a la clasificación de peligrosidad del producto químico. Los usuarios deben ver el enunciado para el grado de peligrosidad del producto químico sin importar el tipo de producto o quién lo produce.

5. ENUNCIADOS DE PRECAUCIÓN: la etiqueta debe incluir una frase con recomendaciones para prevenir efectos adversos debido a la exposición al producto químico (incluyendo su manejo y almacenamiento).

Este es un ejemplo de la etiqueta nueva requerida por OSHA:

EJEMPLO DE UNA ETIQUETA

Identificación del producto: _____

Pictogramas de peligro

CODIGO



Nombre producto: _____

Palabra de la señal: PELIGRO

Identificación del suplidor: _____

Norma de peligro

Nombre de la compañía: _____

Líquido y vapor altamente inflamable.

Dirección

Puede causar daño al hígado y a los riñones.

Calle: _____

Ciudad: _____

Estado: _____

Código postal: _____

País: _____

Información adicional

Indicaciones de uso: _____

Peso: _____ Núm. Lote: _____

Número de teléfono de emergencia: _____

Fecha expiración: _____

Normas de precaución

Mantega el producto cerrado. Almacene en lugar seco, ventilado y cerrado.

Mantega el producto alejado del calor/chispas/llamas. No fumar.

No respire los vapores.

Use guantes de protección.

No comer, beber o fumar mientras use el producto.

Lavar las manos luego de su uso.

Descarte el producto según la reglamentación, local, nacional e internacional.

En caso de fuego: use un extintor de dióxido de carbono para extinguir el fuego

Primeros auxilios:

Si se expone, llame al Centro contra Envenamientos.

Si le cae en la ropa, quítese la ropa contaminada y lave el área con agua inmediatamente.

Las hojas informativas sobre los materiales químicos (“MSDS”)

OSHA obliga a los fabricantes de productos a que provean las hojas informativas sobre los materiales químicos (MSDS) y las fichas de datos de seguridad (FDS) para los productos que contienen sustancias químicas peligrosas. Estos son unos escritos con información que describen los productos químicos y le dicen qué hacer en caso de una emergencia.

5. ¿Qué son las hojas informativas sobre los materiales químicos y las fichas de datos de seguridad?

Estas hojas informativas deben estar fácilmente accesibles para los empleados de comedor escolar durante sus turnos de trabajo. Los patronos deben poner estas hojas a disposición del personal de comedor escolar. Los patronos también deben capacitar al personal de forma tal que conozcan los posibles peligros de los productos químicos y cómo debe utilizarlos de manera segura.

Como mínimo, las MSDS/FDS deben detallar la siguiente información:

- Los ingredientes peligrosos del producto
- Cómo el empleado puede exponerse a esos ingredientes
- Riesgos para la salud y la seguridad que se presentan al usar estos productos
- Medidas para usar y guardar los productos de manera segura y lo que se debe hacer en caso de emergencia
- El equipo de protección personal que debe usarse con cada producto

El Reglamento de Comunicación de Riesgos (RCR) exige a los fabricantes, distribuidores o importadores de productos químicos que proporcionen las fichas de datos de seguridad (FDS), conocidas anteriormente como hojas informativas sobre los materiales químicos, para comunicar los peligros de los productos químicos peligrosos. La diferencia principal entre el MSDS y la FDS será la información de la FDS. Está más extensa y tendrá un formato de 16 secciones (no 8 secciones como la MSDS).

6. ¿Cuál es la diferencia principal entre la MSDS y la FDS?

MSDS	FDS

A partir del 1 de junio de 2015, el RCR exigirá que las nuevas FDS, sigan un formato uniforme, incluyan los números para cada una de las 16 secciones, los encabezados y la información pertinente bajo los encabezados siguientes:

Sección 1	Identificación del producto:	incluye el identificador del producto, nombre, dirección y número telefónico de emergencia, uso recomendado y restricciones del uso
Sección 2	Identificación del peligro o peligros:	describe todos los peligros relacionados con el producto químico y los elementos obligatorios de la etiqueta
Sección 3	Composición/ información de los componentes:	incluye los datos acerca de ingredientes químicos y las declaraciones de secretos de fabricación
Sección 4	Primeros auxilios:	describe los síntomas o efectos agudos, crónicos y el tratamiento necesario
Sección 5	Medidas de lucha contra incendios:	enumera los medios y equipos protectores adecuados para la extinción de incendios y los peligros específicos de los productos químicos debido al fuego
Sección 6	Medidas que deben tomarse en caso de derrame accidental:	menciona los procedimientos de emergencia, equipos protectores y métodos correctos para aislamiento y limpieza
Sección 7	Manipulación y almacenamiento:	describe las precauciones para manipular y almacenar con seguridad los materiales, entre otras, las incompatibilidades
Sección 8	Controles de exposición/ equipo de protección personal:	enumera los límites de exposición permisibles (PEL), valores límites umbrales (TLV), los controles de ingeniería apropiados y el equipo de protección personal (EPP)
Sección 9	Propiedades físicas y químicas:	menciona las características del producto químico
Sección 10	Estabilidad y reactividad:	describe la estabilidad química y la posibilidad de reacciones peligrosas
Sección 11	Información toxicológica:	enumera las vías de exposición, los síntomas, efectos agudos y crónicos relacionados y las medidas numéricas de toxicidad
Sección 12	Información ecotoxicológica*	
Sección 13	Información relacionada con la eliminación de los productos*	
Sección 14	Información relacionada al transporte*	
Sección 15	Informaciones reglamentarias*	
Sección 16	Otras informaciones:	incluye la fecha de preparación o de la última modificación de la FDS

*Esta información no está reglamentada por OSHA.

Actualmente estamos utilizando las hojas informativas sobre los materiales químicos para los productos químicos que se usan en los lugares de trabajo, incluyendo los comedores escolares. Este es el ejemplo de un “MSDS” del limpiador multiusos para las superficies de la cocina y mesas del comedor:




PO Box 1360
Gurabo, PR 00778
Tel. 787-737-4000

MATERIALS SAFETY DATA SHEET

SECCION 1- INFORMACION GENERAL DEL PRODUCTO

Nombre del producto: Gascó Multipurpose Concentrate Cleaner Clase de producto: Limpiador Multiuso, Registrado en DFE Leyenda HMIS: 4-Extremo 3-Alto 2-Moderado 1-Leve 0-Insignificante Códigos HMIS: Salud: 1 Flamabilidad: 0 Reactividad: 0 Registro Federal EPA: N/A	Contacto de emergencia: 1-800-255-3924
--	--

SECCION 2- INGREDIENTES

Nombre Químico	Núm. CAS	Registro en Cleangredients (EPA design for the environment)
Sodium Octanesulfonate	Mixture	PA197
Alcohol ethoxylate based on C12-15 alcohol	68131-39-5	PF607
Sodium Carbonate	497-19-8	GRAS
Mint #85546	Proprietary	85546
Chromatint Green 2207	Proprietary	GRAS
Water	7732-18-5	GRAS

Todos los ingredientes están registrados y aprobados para uso en detergentes “Green” en el programa “Design for the Environment”.

SECCION 3 – DATOS FISICOS

Punto de ebullición normal: 214F
Apariencia: Líquido poco espeso, verde
Densidad (agua = 1.00): 1.08
Porcentaje volátil: N/A, < 5 ppm VOC
Evaporación: N/A
Olor: Menta

SECCION 4- INFORMACION DE EXPLOSIVIDAD

Punto de inflamación espontánea: N/A
Límites de inflamabilidad: N/A
Peligros de explosivos: No es combustible
Procedimientos especiales para combatir fuego: Este producto no es combustible y no puede sostener combustión.

SECCION 5- INFORMACION PARA LA SALUD

Efectos se sobre exposición: Contacto continuo con el producto concentrado puede causar irritación. El producto concentrado puede ser peligroso de ser ingerido.

Procedimiento de emergencia
Piel: Lavar con agua y jabón por 10 minutos.
Ojos: Enjuague con agua fría por 15 minutos. Busque atención médica de ocurrir irritación.
De ser Ingerido: De varias tazas de agua para diluir. No induzca el vomito. Busque atención médica inmediatamente. Nunca le dé algo de tomar a una persona inconsciente.

Carcinógenos: No es considerado carcinogénico por OSHA, NTP ni IARC

SECCION 6- REACTIVIDAD

Estabilidad: Estable
Condiciones a evitar: Ninguna
Incompatibilidad: Agente oxidante fuerte (cloro)
Productos de descomposición peligrosos: Ninguno
Polimerización peligrosa: No ocurre

SECCION 7- PROCEDIMIENTO POR DERRAME

Pasos a seguir en caso de derrame:
Detenga el flujo del material. Lave el área con bastante agua.
Método para disponer de desperdicios:
Disponga de desperdicios en concordancia con cualquier ley Federal, estatal o local.

SECCION 8- EQUIPO DE PROTECCION SUGERIDO

Protección respiratoria: Ninguna es requerida
Ventilación: Ventilación general adecuada.
Gautes protectores: No son requeridos
Protección para ojos: Ninguna es requerida para la solución
Otro equipo protector: Ninguno es requerido

SECCION 9- PRECAUCIONES ESPECIALES

Precauciones a tomarse en el almacenaje: Almacene a temperatura ambiente. No permita que se congele. Mantenga el producto cerrado cuando no esté en uso. Use en sitios adecuadamente ventilados. Evite contacto con los ojos.
Otras precauciones: No ingiera. Evite contaminación de Comestibles siguiendo las instrucciones en la etiqueta.
Mantenga fuera del alcance de los niños. No mezcle con otros productos

INFORMACION SECCION 313 NOTIFICACION DEL SUPLIDOR
Este producto no contiene materiales tóxicos sujetos a los requerimientos de reporte para la sección 313 del “Right to Know act”, 1986 40 CFR 372

Limitación de responsabilidad
Nada contenido en este escrito otorga una licencia, explícita o implícita, en conexión con patentes, otorgados o pendientes, de la manufactura de este producto. Esta información. La información contenida en este escrito está basada en los estudios propios de Gascó Industrial y los trabajos de otros. Gascó Industrial no hace garantías, explícitas o implícitas, sobre la exactitud, o cuan adecuado es la información aquí contenida. Gascó Industrial no será responsable (indiferente de la falta) a los empleados del cliente o a cualquiera por daños directos, especiales o consecuentes que pueden surgir en conexión con la exactitud o cuan adecuada sea la información aquí contenida.

Este es un ejemplo de una Ficha de Datos Químicos del producto desinfectante de bandejas y cubiertos:



PO Box 1360 Gurabo, PR 00778
Tel: 787.737.4000 / Fax: 787.737.4084

HOJA DE SEGURIDAD DE LOS MATERIALES (MSDS)

1. IDENTIFICACION PRODUCTO Y FABRICANTE

Producto: Gascó Quaternary Ammonia
Sanitizer Registro de EPA: 1839-86-81974
Fabricante: Gascó Industrial
Corp. P.O. Box 1360
Gurabo PR 00778

Para información general: 787-737-4000
Número de teléfono de emergencia
InfoTrac Chemical Response System: 800-535-5053

2. INGREDIENTES ACTIVOS

n-Alkyl (68% C₁₂, 32% C₁₄) dimethyl ethylbenzyl ammonium chloride 5.00%
n-Alkyl dimethyl benzyl ammonium chloride (C12-18) 5.00%

3. IDENTIFICACION DE RIESGOS

Descripción: Líquido transparente.

Riesgos potenciales a la salud: La exposición prolongada a este producto concentrado puede causar irritación de la piel, ojos/nariz, mareos, dolor de cabeza o náusea.

4. PRIMEROS AUXILIOS

Ojos: Enjuague con agua abundante. Buque atención médica si la irritación persiste. Piel: Lave con agua y jabón. Inhalación: Lleve la persona expuesta a que tome aire fresco. Ingestión: Enjuague la boca con agua abundante. No induzca el vómito. No le dé nada a tomar a una persona inconsciente. Busque ayuda médica si se siente mal o con náuseas.

5. MEDIDAS PARA COMBATIR EL FUEGO

Punto de inflamación: > 145 grados F (TCC).
Límite de inflamabilidad: No se ha probado.

Método de extinción: Use espuma, dióxido de carbono o extintores de químicos secos.

Procedimientos especiales para combatir el fuego: Ninguno.

Productos de descomposición riesgosos: Monóxido de carbono, humo, vapores, hidrocarburos no quemados y terpenos.

6. PROCEDIMIENTOS PARA DERRAMES

Si se derrama, absorba el líquido con algún material absorbente, descarte el envase y el material absorben-te de acuerdo con las leyes locales. La EPA no considera peligrosos los ingredientes de este producto.

7. APLICACIÓN Y ALMACENAMIENTO

Mantenga el envase bien cerrado cuando no se esté usando. Almacene únicamente en el envase Original en un lugar fresco y seco. No fume ni coma mientras esta en el área en la que se está aplicando el producto. Mantenga fuera del alcance de los niños y animales domésticos.

8. CONTROL EXPOSICION, PROTECCION PERSONAL

Ventilación: No se necesita el uso de ventiladores. Si se manejan grandes cantidades del producto, asegúrese de que haya ventiladores mecánicos. Protección de Respiración: No se requiere si la ventilación es la adecuada. Si hay poca ventilación y se manejan grandes cantidades del producto, use un respirador que purifique el aire, que cubra media cara o la cara completa y que ajuste adecuadamente y este aprobado para usarse con pesticidas (NIOSH/MSHA) en Estados Unidos.

Protección de los ojos: Se recomienda espejuelos de seguridad o espejuelos químicos.

Guantes: Use guantes de nitrilo, neopreno. Otros equipos de protección: No se necesitan.

9. PROPIEDADES FISICAS

Apariencia: Líquido transparente.

Olor: Ninguno.

Gravedad específica: (agua=1) 1.07 g/mL

10. ESTABILIDAD Y REACTIVIDAD

Estabilidad química: Estable

Polimerización peligrosa: No la ocasiona

11. INFORMACION TOXICOLOGICA

Oral aguda en ratas: No determinada. Efectos agudos por sobreexposición: El contacto prolongado

puede causar irritación en la piel, y el contacto con los ojos puede causar irritación ocular. La inhalación

de los vapores puede causar irritación a las vías nasales y/o mareos. La ingestión de este producto

puede resultar en irritación del tracto gastrointestinal, dolores de cabeza y náusea. Efectos crónicos

a la sobreexposición: No hay información disponible.

Carcinogénico: No. NTP: No. OSHA: No.

12. INFORMACION AMBIENTAL

Aunque no hay información específica acerca de la toxicidad para los peces y otros organismos acuáticos En relación a este producto, siempre se debe tener cuidado para prevenir que los pesticidas entren en los acuíferos.

13. PARA DESECHAR

No reúse el envase vacío. Lave tres veces el envase vacío y píquelo, recicle si es posible. Si el reciclaje no es posible, enjuague tres veces el envase vacío y píquelo, deséchelo en un basurero o incinerador; si el estado y las autoridades locales lo permiten, quémelo. Si lo quema, manténgase lejos del humo.

14. TRANSPORTACION

Tierra: No se ha regulado (Ref: CFR 49, 173.150 (f))

Aire: No se ha regulado, clase 9, UN 3334, PG III.

Internacional: Gascó Industrial Corp. 787-737-4000

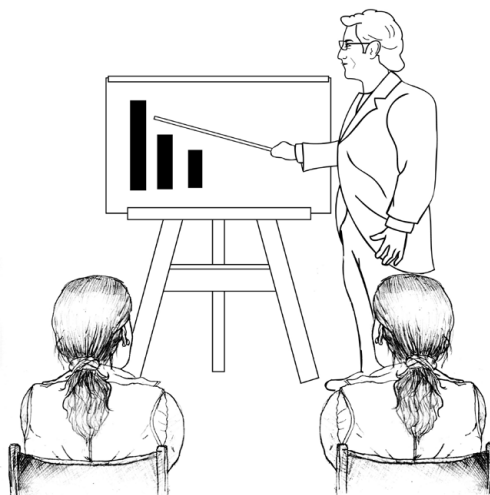
15. REGULACIONES

Categoría NFPA: Salud (1), Fuego (0), reactividad (0), Especial: ninguno. SARA Título III: Este producto

No contiene ningún ingrediente sujeto a la Sección 313 (40 CFR 372) que requiera se reporte.

Otros componentes del Reglamento de Comunicación de Riesgos

• Adiestramiento

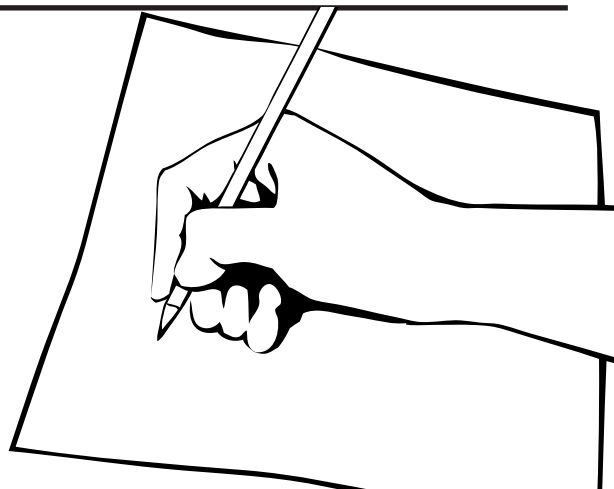


El reglamento también incluye en sus componentes importantes el que se provea adiestramiento. Es importante que los empleados de comedores escolares reciban la información necesaria sobre los productos químicos que usan en su trabajo. Por lo tanto, cuando los empleados comienzan a trabajar por primera vez en el comedor escolar, deben recibir adiestramiento sobre el uso adecuado de los productos químicos y cada vez que utilicen un producto químico por primera vez (introducción de un producto nuevo). Estos adiestramientos deben tener la siguiente información:

- los requisitos del reglamento de Comunicación de Riesgos
- los productos químicos que se usan en el comedor escolar
- el lugar y la disponibilidad del programa escrito de comunicación de riesgos y las hojas informativas sobre los materiales químicos (MSDS)/ fichas de datos de seguridad (FDS)
- los efectos físicos y de la salud de los químicos peligrosos
- métodos de almacenar y eliminar los productos químicos
- números telefónicos de los suplidores de los productos químicos
- como reducir o impedir exposición a estas sustancias químicas peligrosas mediante uso de prácticas de control /trabajo y equipo de protección personal
- los pasos que ha desarrollado el patrono para reducir la exposición a estos químicos
- los pasos de emergencia a seguir si un empleado de comedor escolar se expone a estos químicos
- como leer las etiquetas y revisar las hojas informativas sobre los materiales químicos

• Programa por escrito

El programa por escrito es un documento que explica claramente cómo se van a realizar las tareas al usar los productos de limpieza y desinfección en el comedor y describe los asuntos de salud y seguridad en el manejo, almacenaje y disposición de estos productos. Este programa por escrito:



- debe estar a la disposición de los empleados de comedor durante su turno de trabajo
- describe cómo estarán etiquetados los productos
- incluye las hojas informativas sobre los materiales químicos (“MSDS”) y cómo se realizarán los adiestramientos
- explica los riesgos de las tareas no rutinarias
- incluye una lista de todos los productos químicos que se usan en el comedor escolar

7. **¿Además del etiquetado y las hojas informativas sobre los materiales químicos/ fichas de datos de seguridad, qué otros dos componentes tiene el reglamento de Comunicación de Riesgos?**

Recomendaciones para reducir y prevenir la exposición a los productos químicos en los comedores escolares

- Exigir adiestramiento adecuado en el uso de los productos químicos tan pronto comience a trabajar por primera vez en el comedor y cada vez que se utilice por primera vez un producto químico nuevo.
- Notificar su situación a su delegada/o de la unión.
- Use los productos químicos tóxicos lo menos posible.
- No utilice en el comedor escolar productos de uso comercial (ejemplos: Clorox, Ajax, Lestoil y otras marcas comerciales). Use exclusivamente los productos químicos provistos por el suplidor.

- No mezcle los productos químicos, por ejemplo no mezcle productos que contengan cloro y amonía, esto es peligroso para su salud.
- Lea las etiquetas de los productos antes de usarlos.
- Utilice el equipo de protección personal provisto por el patrono tales como: delantal y guantes.
- Realice las diluciones correctas de los productos químicos que lo requieran
- Si usa guantes, al terminar de usarlos, es importante lavarse las manos con un jabón suave y secar completamente.
- Si transfiere el contenido de un producto químico (primario) a otro envase, (secundario) debe asegurarse que los envases estén debidamente rotulados
- Si quiere saber más sobre la peligrosidad de un producto y qué hacer en caso de una emergencia, debe leer las hojas informativas sobre los materiales químicos.
- Tener presente la jerarquía de controles establecidos para eliminar, controlar y prevenir los peligros y riesgos en el trabajo. Estos controles son: eliminación, sustitución, controles de ingeniería, controles administrativos y uso de equipo de protección personal.
- No fumar, comer o beber mientras se usan productos químicos.

8. Mencione tres (3) recomendaciones para reducir la exposición a productos químicos utilizados en el comedor escolar.

1.

2.

3.

Referencias

University of Medicine & Dentistry of New Jersey (UMDNJ) material produced under grant number SH-23527-12-60-F-34 (<http://o.php.umdj.edu>)
http://www.osha.gov/SLCT/youth/restaurant/cleanup_haz.html
www.trabajo.pr.gov/prosha/download/PROSHA_3084_Comunicacion_Riesgo.pdf
www.cbs.state.or.us/osha/educate/peso...pdf/peso_hazcom_w.pdf
www.osha.gov/Publications/osha3560.pdf
www.osha.gov/Publications/osha3560.pdf
www.osha.gov/dte/grant_materials/fy09/sh-19495-09/health_hazards_workbook_spanish.pdf

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood No. SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

Universidad de Puerto Rico , Recinto de Ciencias Médicas
Susan Harwood Training Grant #SH-23526-12-60-F-72
ADIENTRAMIENTO EN ERGONOMÍA Y COMUNICACIÓN DE RIESGO
PARA EMPLEADOS DE COMEDORES ESCOLARES

EJERCICIO DE CONOCIMIENTO 1

ENCUENTRA LA PAREJA

Pareo de temas y definiciones sobre el reglamento de Comunicación de Riesgos

OBJETIVO

Identificar los componentes de la ley de Comunicación de Riesgos mediante el uso de palabras claves.

DESCRIPCIÓN

Se colocarán en una mesa varias tarjetas que contendrán definiciones o términos e ilustraciones relacionadas al reglamento de Comunicación de Riesgos. Estas tarjetas tendrán ilustraciones y definiciones de los temas y componentes del reglamento tales como: adiestramiento, etiquetado, hoja informativa de los materiales químicos (MSDS) y fichas de datos de seguridad (SDS), pictogramas, programa escrito, equipo de protección personal, riesgos a la salud, riesgos químicos, rutas de entrada de exposición y recomendaciones para prevenir exposición. Este ejercicio consistirá en el pareo de la definición con la ilustración que representa dicha definición. Un voluntario de cada subgrupo escogerá de la mesa una tarjeta con una ilustración y una tarjeta con una definición que entienda que es el pareo correcto. Cada miembro voluntario realizará el ejercicio simultáneamente y colocará su pareo en una pizarra. Se seleccionarán miembros nuevos de cada subgrupo en caso de que su compañero voluntario inicial haya realizado el pareo incorrecto. Para cada respuesta correcta e incorrecta, el adiestrador repasará los conceptos presentados en el ejercicio.

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

Universidad de Puerto Rico , Recinto de Ciencias Médicas
 Susan Harwood Training Grant #SH-23526-12-60-F-72
 ADIESTRAMIENTO EN ERGONOMÍA Y COMUNICACIÓN DE RIESGO
 PARA EMPLEADOS DE COMEDORES ESCOLARES

EJERCICIO DE CONOCIMIENTO 2 ¡ESO QUE ESTAMOS BUSCANDO!

Reconociendo la información contenida en las hojas informativas de productos químicos (MSDS) por sus siglas en ingles, y en las etiquetas de los productos químicos utilizados en los comedores escolares.

OBJETIVO

Identificar los componentes principales en la información contenida en las hojas informativas MSDS de productos químicos y en las etiquetas de los productos químicos usados para limpiar y desinfectar el equipo y los utensilios de los comedores escolares.

DESCRIPCIÓN

Utilizando los productos químicos de los comedores escolares con sus respectivas hojas informativas sobre los materiales químicos MSDS, vamos a identificar la información relevante contenida en los MSDS y en las etiquetas de los productos. De esta forma se pretende que el trabajador de comedor escolar reconozca la información que necesita conocer sobre el producto químico que usa en su lugar de trabajo. El grupo será dividido en subgrupos. Cada subgrupo tendrá un producto químico con su hoja de materiales de seguridad correspondiente. Mediante el uso de una lista de cotejo y por un periodo de tiempo de 15 minutos, cada subgrupo evaluará el contenido de la etiqueta del producto y su hoja de materiales de seguridad. Al finalizar el periodo de tiempo asignado, cada subgrupo presentará los resultados de su evaluación. Durante este ejercicio, se enfatizará sobre la importancia de leer las etiquetas de los productos antes de usarlos. También se explicará los cambios según el Sistema de Armonización Global (GHS) durante el proceso de discusión grupal.

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

¡ESO QUE ESTAMOS BUSCANDO!

Marque el cuadro si la información está completa.

NOMBRE PRODUCTO: _____

- ☐ 1. La etiqueta contiene información que identifica al producto.
- ☐ 2. La etiqueta contiene información sobre los peligros del producto químico.
- ☐ 3. La etiqueta no ha sido quitada del producto o está completa.
- ☐ 4. La hoja informativa sobre los materiales químicos (MSDS) tiene información que identifica el producto químico.
- ☐ 5. La hoja informativa sobre los materiales químicos (MSDS) tiene información sobre los ingredientes peligrosos del producto químico.
- ☐ 6. La hoja informativa sobre los materiales químicos (MSDS) tiene información sobre los datos físicos (ejemplo, olor) del producto químico.
- ☐ 7. La hoja informativa sobre los materiales químicos (MSDS) tiene información del producto químico sobre los peligros de incendio y/o riesgos explosivos.
- ☐ 8. La hoja informativa sobre los materiales químicos (MSDS) describe los efectos a la salud por la exposición al producto químico.
- ☐ 9. La hoja informativa sobre los materiales químicos (MSDS) contiene información sobre la reactividad del producto químico.
- ☐ 10. La hoja informativa de los materiales químicos (MSDS) tiene la información sobre procedimientos en caso de derrame.
- ☐ 11. La hoja informativa de los materiales químicos (MSDS) tiene la información sobre el equipo de protección personal sugerido.
- ☐ 12. La hoja informativa de los materiales químicos (MSDS) tiene la información sobre las precauciones especiales.
- ☐ 13. La etiqueta está en español.



TRABAJAR EN UN LUGAR SEGURO Y SALUDABLE: DERECHO DE TODOS LOS TRABAJADORES

UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO, RECINTO DE CIENCIAS MÉDICAS
SUSAN HARWOOD TRAINING GRANT – #SH-23526-12-60-F-72
ADIENTRAMIENTO EN ERGONOMÍA Y COMUNICACIÓN DE RIESGOS PARA EMPLEADOS DE COMEDORES ESCOLARES

DERECHOS LEGALES

OBJETIVO GENERAL:

- Al finalizar la actividad educativa sobre los derechos legales de los trabajadores las empleadas de comedores escolares demostrarán sus conocimientos sobre los derechos laborales y cómo hacer uso de ellos para su protección, a través de la aplicación de la información provista en la solución de un caso hipotético

ACTIVIDADES:

- Lectura en grupos pequeños de los materiales educativos sobre la ley de salud y seguridad de 1970 de OSHA y la regulación “Whistleblower”
- Discusión guiada en grupos pequeños sobre las lecturas
- Repaso de la información a través de la discusión en grupo grande guiada por el o la adiestradora

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Mediante la lectura y discusión en grupos pequeños sobre derechos legales de los trabajadores y la Ley Whistleblower los participantes:

- Conocerán la Ley de salud y seguridad de 1970 de OSHA y su propósito
- Se familiarizarán con los derechos que tienen los trabajadores bajo la ley OSHA
- Sabrán cuando establecer una querrela y los procesos para establecerla
- Resumirán en sus propias palabras la regulación de protección al informante (Whistleblower en inglés)

MATERIALES NECESARIOS

- Módulos informativos sobre el tema
- Lápices y bolígrafos
- Papeles para notas
- Preguntas guía para la discusión
- Casos hipotéticos de violación de derechos de los trabajadores

EVALUACIÓN

- De contenido: Cotejo de la aplicación correcta de la información provista en el análisis y solución de varios casos hipotéticos presentados por el o la adiestradora.
- De proceso (hoja de evaluación general, ver anejo)

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

Trabajar en un lugar seguro y saludable: Derecho de todos los trabajadores

Todo patrono tiene el deber de proveer un lugar de empleo libre de peligros que le puedan causar la muerte o daños físicos severos a sus empleados. Para garantizar que esto sea así, existe OSHA. OSHA en español significa: Administración de Seguridad y Salud ocupacional. Esta oficina es parte del Departamento del Trabajo Federal y en Puerto Rico existe un programa estatal.

Usted tiene derecho a un lugar de trabajo seguro

Usted tiene derecho a un lugar de trabajo seguro. La Ley de Seguridad y Salud Ocupacional de 1970 (OSH Act) se creó para prevenir la muerte, lesiones o enfermedades de los trabajadores en sus lugares de trabajo. La ley requiere que los patronos provean condiciones de trabajo libres de peligro y de riesgos. La orden ejecutiva #12196 bajo el Presidente Richard Nixon, creó la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA) que establece y hace cumplir las normas que protegen la seguridad y la salud en los lugares de trabajo. OSHA también proporciona información, adiestramiento, y ayuda a trabajadores y

patrones. Los trabajadores pueden hacer una querrela para que OSHA inspeccione su lugar de trabajo si creen que su patrono no está cumpliendo con las reglas de OSHA o si hay riesgos serios. Los trabajadores en Puerto Rico también están protegidos por la ley número 16 del 5 de agosto de 1975. Esta ley fomenta el que haya esfuerzos conjuntos de los trabajadores y el patrono para reducir las lesiones y enfermedades que surjan del empleo. Bajo esta ley se tienen los mismos derechos que bajo la ley de OSHA Federal del 1970 y entre otras cosas, requiere que el patrono le provea a sus empleados los aparatos de seguridad

y el equipo de protección personal que necesite el empleado. También esta ley establece que en caso de una catastrophe accidente el patrono tiene que informar al Departamento del Trabajo dentro de las 8 horas después de haber ocurrido el incidente. Esta ley además promueve el establecimiento de comités de salud y seguridad en los centros de trabajo integrado por los trabajadores o sindicatos y el patrono.



1. ¿Cuál es la ley que protege a los y las trabajadoras?

2. ¿Cuál es el propósito de esa ley?

3. Mencione algunos de los derechos que se tienen bajo esa ley.



Póngase en contacto con OSHA si tiene preguntas o si desea hacer una querella.

Si tiene preguntas o desea hacer una querella, póngase en contacto con la oficina de OSHA en Puerto Rico. Su información se mantendrá confidencial. Llame al teléfono (787) 277-1560, (787) 754-2172. Allí le orientarán sobre lo que debe hacer para poner una querella.

Los derechos de los trabajadores bajo la ley OSHA

Los trabajadores tienen derecho a condiciones de trabajo sin riesgo de daños. Para asegurar que un lugar de trabajo sea seguro y saludable, la OSHA le da a los trabajadores el derecho a:

- Pedir que la OSHA realice una inspección del lugar de trabajo
- Ejercer sus derechos bajo la ley libre de represalias o discriminación
- Recibir información y adiestramiento sobre peligros, métodos para prevenir daños y las reglas de OSHA que aplican a su lugar de trabajo. El adiestramiento tiene que ser en español.
- Tener acceso a los resultados de las inspecciones que se hagan para encontrar peligros en su lugar de trabajo,

- Leer la información recopilada sobre la lesiones y enfermedades relacionados con el empleo reportadas en su área de trabajo;
- Tener acceso a copias de sus informes médicos.



4. Mencione las situaciones en los comedores donde no se cumple con estos derechos.

Situaciones de Violación de Derecho

¿Cuándo puede presentarse una querella por asuntos de salud y seguridad en el empleo?

OSHA recomienda que los empleados intenten primero resolver cuestiones de seguridad y salud avisando a sus supervisores, gerentes o al comité de seguridad y salud. Sin embargo, en cualquier momento, los empleados pueden querellarse ante su oficina local de OSHA y pedir una inspección o una investigación. (Las querellas presentadas ante OSHA federal por trabajadores en estados con programas estatales aprobados por OSHA serán dirigidos al plan estatal apropiado.)

5. ¿Cuál es el tiempo máximo en que se puede presentar una querella por riesgos de salud o seguridad en el empleo?

6. Describe alguna situación en la que hayas participado en la radicación de una querella o sepas de alguien que lo ha hecho.

¿Quién puede hacer una querella?

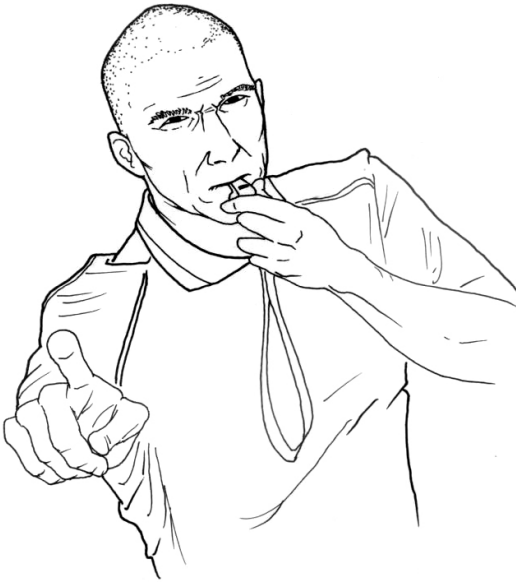
Además, cualquier persona con conocimiento de un riesgo de seguridad o de salud en un lugar de trabajo puede presentar una querella y la OSHA investigará los problemas indicados.

Los empleados o sus representantes tienen el derecho a solicitar la inspección de un lugar de trabajo si creen que existe una violación de las normas de seguridad o de salud, si existe cualquier peligro con riesgo de lesión física o si existe un “peligro inminente”. Los representantes de los empleados que pueden presentar una querella, son:

- a. Un representante autorizado de la unidad de negociación de empleados, tal como la Asociación de Comedores Escolares de P.R.
- b. Un abogado en representación del empleado.
- c. Cualquier otra persona actuando en capacidad de representación, incluyendo, pero no limitado a representantes de alguna institución religiosa, trabajadores sociales, familiares o parejas, oficiales de gobierno o de grupos sin fines de lucro, así como organizaciones que actúan sobre querellas específicas o lesiones que presentan empleados a nivel individual.

7. Haga una lista de quien o quienes pueden presentar una querella ante OSHA en su lugar de trabajo

1.
2.
3.
4.
5.



Programa de Protección a empleados que se querellan (Regulación “Whistleblower”)

OSHA administra las disposiciones sobre protección a empleados que se querellan. Existen 22 estatutos para la protección de los que se querellan, entre estas, la sección 11(c) de la Ley de Seguridad y Salud Ocupacional, la cual prohíbe a toda persona despedir o tomar represalia alguna en contra de cualquier empleado que haya ejercido sus derechos conforme a dicha ley. A esta ley se le conoce en inglés como Ley del Whistleblower.

Los derechos conferidos por esta ley comprenden la participación del empleado en actividades de seguridad y salud, así como reclamaciones ante la OSHA y la solicitud de inspecciones por parte de la OSHA, participación en una inspección de la OSHA, participación o declaración en toda actuación relacionada con una inspección de la OSHA y denuncia de una lesión, enfermedad o muerte por trabajo.

Una reclamación por represalias presentada ante la OSHA, debe alegar que el informante participó en una actividad protegida, que el acusado conocía esa actividad, que el informante fue víctima de represalias y que la actividad protegida que denunció, motivó o contribuyó a que se tomara esa represalia. La ley define como represalia toda medida que pueda desalentar razonablemente a un empleado de participar en la actividad protegida.



Según las circunstancias del caso, una medida represalia puede ser:

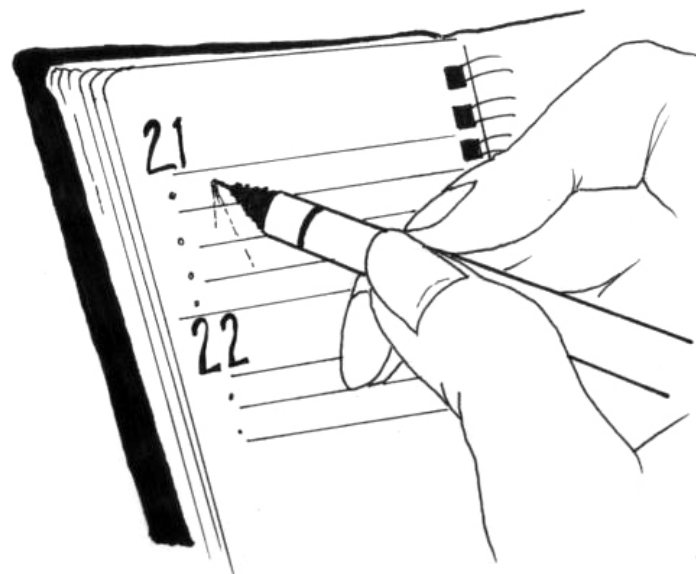
- Despido o cesación
- Incluirlo en una “lista negra”
- Bajarlo de puesto
- Negarle hacer horas extra o negarle un ascenso
- Aplicarle medidas disciplinarias
- Negarle beneficios adquiridos
- Negarle la contratación o reincorporación al trabajo
- Intimidación
- Amenazas
- Reasignación que afecta las posibilidades de ascenso
- Reducción del pago o de las horas de trabajo

8. ¿Cómo se llama la ley que protege contra el discrimen hacia el informante?

9. Menciona algunas represalias del patrono contra usted o sus compañeros.

Presentar una querella por discrimen

Usted puede someter una querella por discriminación si su patrono ha reaccionado en contra suya por haber ejercido cualquiera de los **derechos como empleado** que establece la Ley OSHA o porque usted se niega a trabajar cuando existe un peligro real de muerte o lesión grave y no dispone de suficiente tiempo para que la OSHA realice una inspección. Usted puede presentar una querella llamando a la oficina local de OSHA dentro de 30 días después de haber sido discriminado. En los estados que cuentan con programas estatales autorizados, los empleados pueden presentar una querella ante el estado y ante OSHA federal.



10. ¿Cuándo puede presentarse una querella por haber sido discriminado por el patrono?

Información obtenida de:

http://www.osha.gov/pls/oshaweb/owadisp.show_document?p_table=OSHACT&p_id=2743

<http://www.osha.gov/as/opa/spanish/complain-sp.html>

<http://www.osha.gov/workers-spanish.html>

http://www.whistleblowers.gov/whistleblower_rights_spanish.pdf

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

Universidad de Puerto Rico , Recinto de Ciencias Médicas
Susan Harwood Training Grant #SH-23526-12-60-F-72
ADiestramiento en Ergonomía y Comunicación de Riesgo
PARA EMPLEADOS DE COMEDORES ESCOLARES

EJERCICIO DE CONOCIMIENTO 1

Un lunes en la mañana cuando las empleadas de comedores escolares de la Escuela Elemental Muñoz Rivera llegan al comedor a iniciar sus tareas, encuentran el comedor inundado con aguas negras. La encargada se lo notifica a la directora y le menciona que tiene que dejar ir a sus empleadas pues este es un ambiente insalubre, tanto para sus empleadas como para los estudiantes. La directora inspecciona el comedor y se niega a la petición de la encargada. Esta alega que como las aguas negras no llegaron al nivel donde estaban los alimentos, no es necesario cerrar el comedor. Dice que lo que hay que hacer es sacar el agua con escobas y mapear bien el piso. Le menciona que les proveerá cloro para esta tarea, del que ella tiene en su oficina para cuando le pide a los conserjes que limpien su baño. La encargada dice que sus empleadas no pueden hacer esa tarea. Ella le dice que no hay problemas, que ella enviará a los conserjes a que hagan la tarea y que mientras tanto, las empleadas esperen en el patio. La encargada no sabe qué hacer.

¿Qué tú le recomendarías y por qué?

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.

Universidad de Puerto Rico , Recinto de Ciencias Médicas
Susan Harwood Training Grant #SH-23526-12-60-F-72
ADIESTRAMIENTO EN ERGONOMÍA Y COMUNICACIÓN DE RIESGO
PARA EMPLEADOS DE COMEDORES ESCOLARES

EJERCICIO DE CONOCIMIENTO 2

Un viernes en la mañana cuando las empleadas de comedores escolares de la Escuela Jaime Collazo del Río llegan al comedor a iniciar sus tareas, se encuentran con que no hay servicio de agua potable. La encargada se lo notifica al director y le menciona que tiene que dejar ir a sus empleadas sin descontarle el día porque la cantidad de vajillas desechables y de agua embotellada que hay, no son suficiente para todos los estudiantes. El director se niega a esta petición de la encargada y le dice que use su creatividad para resolver la situación. María que entiende que la decisión tomada por el director no es correcta, agarra su cartera y se va. Al otro día, cuando María viene a trabajar, la encargada le dice que el director quiere hablar con ella. Cuando ésta va a la oficina, el director le entrega copia de una carta que puso en su expediente en el que la está amonestando por insubordinación y le advierte a María, que si en el futuro asume la misma conducta, podría tener consecuencias mayores para ella. María se va enojada de la oficina, llama a su coordinadora de la unión y le explica la situación. La coordinadora le envía una carta al director apercibiéndole de que su acción viola el convenio y solicitándole que retire la carta del expediente de María. El director se niega a retirar la carta y asume una actitud hostil con María. María empieza a tener síntomas de nerviosismo, le da insomnio y se pone ansiosa cada vez que llega a trabajar en las mañanas. Un día decide que ya no puede más y solicita que la envíen al FSE. El director se niega a llenarle el documento y le dice que se deje de changuerías, que si no puede hacer su trabajo pues que renuncie. María se va llorando a su casa. Cuando regresa a trabajar al día siguiente, la encargada le dice que no se puede quedar a trabajar pues el director envió una carta al Distrito en la que acusa a María de abandonar su puesto sin autorización. María no sabe qué hacer. Piensa llamar a su coordinadora de la unión otra vez, pero teme que esto le traiga más problemas.

Si tú fueras María, ¿qué harías?

Este material fue producido bajo la subvención Susan Harwood #SH-23526-12-60-F-72 del Departamento de Trabajo de EE.UU. Administración de Seguridad y Salud. El contenido de esta presentación no refleja necesariamente las opiniones o las políticas del Departamento de Trabajo de los EE.UU, ni la mención de nombres comerciales, productos comerciales u organizaciones implica aprobación por el gobierno de los EE.UU.