

MÓDULO 6

Protecciones de la salud y seguridad y

Compensación del Trabajador

90 minutos

Guia para participantes

Objetivos:

- identificar algunos de los peligros para la salud y seguridad en el trabajo
- revisar los derechos legales de un lugar de trabajo libre de peligros y la Ley de Seguridad y Salud Laboral (OSHA)
- practicar cómo evaluar y responder ante riesgos en el trabajo
- revisar qué brinda la Compensación del Trabajador para los trabajadores que tuvieron un accidente de trabajo

Bienvenida y presentaciones

Actividad 1: ¿Cuáles son algunos de los peligros de salud y seguridad en el área de trabajo?

Idear una lista de peligros para la salud y seguridad en el trabajo.

Actividad 2: OSHA: el derecho legal de un lugar de trabajo seguro

Revisar los derechos que los trabajadores tienen según la Ley de Seguridad y Salud Laboral

Actividad 3: Cómo responder ante problemas de salud y seguridad en el trabajo

Usar escenarios o láminas para analizar diferentes problemas de salud y seguridad en el trabajo y planificar maneras para responder.

Actividad 4: Trabajadores y compensación: ¿Qué hacer cuándo se sufre un accidente de trabajo?

Revisar los derechos de compensación para los trabajadores que tuvieron accidentes en el trabajo o se enfermaron a causa del trabajo según lo establece la Ley de Compensación para los trabajadores de Massachusetts.

Resumen

¿CUÁLES SON LOS PELIGROS EN EL TRABAJO?

Los peligros en el trabajo pueden ser peligros para la salud o peligros para la *seguridad*. Algunas de sus características son:

Peligros para la *seguridad*:

- Causar accidentes y heridas
- Ocasionar daño inmediato
- Puede causar la quebradura de huesos, corte, heridas, esguinces y electrocuciones.

Peligros para la *salud*:

- Causar enfermedades
- La enfermedad puede tomar años en desarrollarse
- Las enfermedades pueden ocasionar cáncer, enfermedades del corazón, pérdida del oído, problemas de reproducción.

Algunos ejemplos de peligros para la salud y seguridad son:

PELIGROS PARA LA SALUD

Estrés	Físicos	Químicos	Biológicos
velocidad trabajo aburrido trabajo repetitivo problemas con supervisor/colegas	ruido calor o frío polvos vibraciones radiación levantar peso humedad movimientos repetitivos	gases polvos productos de limpieza ácidos metales pesados vapores humo	enfermedades contagiosas insectos suciedad

PELIGROS PARA LA SEGURIDAD

Materiales inflamables	Materiales explosivos	Cables sueltos Chispas	Pisos resbalosos Salidas bloqueadas
Máquinas inseguras	Mala limpieza	Demasiadas horas extras	
Escaleras o andamios inseguros	Trincheras inseguras		

1. ¿Con qué otros peligros se ha encontrado?

2. ¿En qué parte de la lista los colocaría?

Adaptado de: *Cuáles son los peligros*, por Western MassCOSH

SUS DERECHOS BAJO OSHA

¿Qué es OSHA?

OSHA es la Oficina de Seguridad y Salud Laboral; creada por la Ley de Seguridad y Salud Laboral para proteger a los trabajadores de peligros de seguridad y salud en su lugar de trabajo y en sus trabajos.

¿Qué hace OSHA?

2. Establece los estándares legales para proteger la salud y seguridad de los trabajadores en sus trabajos.
3. Hace cumplir los estándares
4. Supervisa lugares de trabajo
5. Brinda información a los empleadores para que el lugar de trabajo sea más seguro y saludable.
6. Hace cumplir los derechos de los trabajadores que presentan quejas a OSHA sin que reciban castigos de sus empleadores.
7. Establecen procedimientos de recopilación de informes y documentaciones para hacer un seguimiento de los accidentes y enfermedades relacionados con el trabajo.

¿A quién protege OSHA?

A la mayoría de los trabajadores, pero no a todos. Los trabajadores exentos de las protecciones de OSHA son:

1. Trabajadores en establecimientos laborales de menos de 6 empleados.
2. Trabajadores gubernamentales del estado de Massachusetts, sus condados o ciudades.
3. Trabajadores en establecimientos laborales regulados por otra agencia federal (tales como mineros y marineros)
4. Trabajadores autónomos.
5. Empleados federales. A pesar de que OSHA puede supervisar muchas agencias federales y realizar recomendaciones para proteger la salud y seguridad de los trabajadores, no puede hacer cumplir regulaciones.

¿Cuáles son mis derechos según OSHA?

1. Tiene el derecho de un lugar laboral libre de peligros reconocidos, aún si no hay reglas sobre un peligro laboral específico. Esto se conoce como la “cláusula de derecho general”.
2. Tiene el derecho de pedir y recibir información de su jefe sobre los peligros para su seguridad y salud en el trabajo.
3. Tiene derecho de ver los archivos médicos y de radiología.

Fuente: *Sus derechos de OSHA de Western MassCOSH Fact Sheet*

4. Tiene derecho de ver las copias de las regulaciones de OSHA que son relevantes a su lugar de trabajo.
5. Tiene derecho de ver los archivos de la empresa sobre los accidentes y enfermedades que ocurrieron en el trabajo.
6. Tiene derecho de negarse a realizar tareas peligrosas si usted cree, con razón justificada, que podría herirse seriamente e inmediatamente o poner su vida en peligro y le pidió a su jefe que eliminara el peligro y no hay otra forma más segura de realizar esa tarea.
7. Tiene derecho de quejarse a OSHA sobre las condiciones de riesgo de su trabajo. OSHA no dará a conocer su nombre a su jefe.
8. Tiene derecho de ser protegido de castigos de su empleador por haber usado sus otros derechos.

¿Qué debe hacer mi jefe?

1. Brindar un lugar de trabajo libre de riesgos y peligros reconocidos.
2. Obedecer todas las regulaciones de OSHA.
3. Colocar el póster de Seguridad y Salud de OSHA en un lugar visible para todos los trabajadores.
4. Informar a OSHA dentro de las 8 horas sobre cualquier accidente de trabajo donde un trabajador haya fallecido o en el que cinco o más trabajadores tengan que ser enviados al hospital.
5. Archivar de todos los casos de accidentes y enfermedades relacionados con el trabajo y publicar cada febrero un resumen anual para que todos los trabajadores puedan verlo.
6. Permitir a un representante de trabajadores que acompañe al inspector de OSHA durante la inspección.
7. Nunca castigar a un trabajador por usar sus derechos de OSHA.
8. Colocar en un lugar visible las citaciones escritas de OSHA, en o cerca del lugar de trabajo donde ocurrieron las faltas. Dejar las citaciones en el lugar por lo menos por tres días o hasta que se haya corregido la falta.
9. Corregir los riesgos dentro del período de tiempo establecido en la citación de OSHA.

Cómo responder a los problemas de salud y seguridad en el lugar de trabajo

Hoja de actividades para el escenario N^{ro}. 1

Usted trabaja en una planta de manufacturas donde hay una red colgada debajo de la correa transportadora. Se le pidió a uno de sus compañeros de trabajo que limpiara la red hace dos semanas. Cuando se trepó para limpiarla, la red se rajó y su compañero tuvo una caída de 20 pies, lo cual le produjo heridas graves. Hoy su capataz le pide a usted y a otro compañero de trabajo que limpien la red, que ha sido reparada. Usted habla con su compañero e idea una forma de limpiar la red mucho más segura y que no requiere que camine sobre ella. Ustedes le piden al capataz si puede limpiar la red de esta forma más segura y él les dice que no, que ambos deben treparse a la red. Le dice que puede evitar las partes que la red pueda estar más débil.

1. ¿Cuáles son los peligros en esta situación?
2. ¿Qué derechos de OSHA (Ley de Seguridad y Salud Laboral) le pueden ser útiles a usted y su compañero en esta situación?
8. ¿Qué pasos puede tomar para prevenir que usted o su compañero se lastimen?

Cómo responder ante problemas de salud y seguridad en el trabajo

Hoja de actividades para Escenario N^{ro}. 1

(Hoja de Respuesta del facilitador)

Usted trabaja en una planta de manufacturas donde hay una red colgada debajo de la correa transportadora. Se le pidió a uno de sus compañeros de trabajo que limpiara la red hace dos semanas. Cuando se trepó para limpiarla, la red se rajó y su compañero tuvo una caída de 20 pies, lo cual le produjo heridas graves. Hoy su capataz le pide a usted y a otro compañero de trabajo que limpien la red, que ha sido reparada. Usted habla con su compañero e idea una forma de limpiar la red mucho más segura y que no requiere que camine sobre ella. Ustedes le piden al capataz si puede limpiar la red de esta forma más segura y él les dice que no, que ambos deben treparse a la red. Le dice que puede evitar las partes que la red pueda estar más débil.

1. ¿Cuáles son los peligros en esta situación?
 - Una red insegura – diseñada para sujetar partes pequeñas, no para soportar el peso de personas; está colgada a 20 pies del suelo lo que implica que una caída desde esa altura podría resultar en muerte o un grave daño físico.
 - ¡Sin mencionar un capataz dispuesto a arriesgar la vida de sus obreros!

2. ¿Qué derechos de OSHA (Ley de Seguridad y Salud en el trabajo) le pueden ser útiles a usted y su compañero en esta situación?
 - El derecho a negarse a realizar un trabajo inseguro
 - Según el artículo 11(c) de OSHA sobre la protección anti-discriminatoria en caso de que haya sanción disciplinaria o despido a los trabajadores que se negaron.

3. ¿Qué pasos puede tomar para prevenir que usted o su compañero se lastimen?
 - Si usted tiene un **motivo razonable** para creer que hay un verdadero peligro de **muerte o un daño físico serio** (un compañero de trabajo se hirió seriamente cuando realizó el mismo trabajo que se le pide a usted), usted se puede negar a realizar la tarea. Los trabajadores no están protegidos por la ley de Seguridad y Salud Laboral en el lugar de trabajo por negarse a realizar NINGÚN tipo de trabajo peligroso—debe probarse que es un *peligro real de muerte o daño físico grave*.
 - Usted debe primero pedir al empleador que elimine el peligro dejándole realizar la tarea solicitada en una manera más segura. Usted lo hizo, pero su empleador se negó. Esto es otro paso importante para acudir a las protecciones de la ley OSHA en un caso de negación a realizar la tarea: *el trabajador debe lograr que el peligro sea quitado con una apelación al empleador antes de rehusarse a realizar el trabajo*.

- Si es cerca de una pausa de descanso o para comer, puede llamar a OSHA y ver si pueden venir a su lugar de trabajo a hacer una inspección dentro de los próximos 10-30 minutos (cualquier pausa o tiempo que tenga para llamar), en caso que *puedan* venir antes de que usted tenga que realizar la tarea peligrosa, el inspector de OSHA puede lograr que el empleador haga realizar la tarea en una forma más segura. Si el inspector de OSHA NO PUEDE venir en un corto período de tiempo, usted demostró que no hubo tiempo para que OSHA realizara una inspección antes de haberse negado a realizar la tarea peligrosa. Este es otro requisito para que OSHA conduzca una inspección de las protecciones de OSHA para negarse a realizar un trabajo peligroso: *debe demostrarse que no hubo tiempo suficiente como para buscar lo que se conoce con el nombre de protección de estatuto—en otras palabras, una inspección de OSHA.*

- Podría decirle al capataz que está dispuesto y preparado para hacer la tarea de una forma alternativa y que simplemente es *este* trabajo peligroso el que se rehúsa hacer. *Este es el último requisito de las protecciones de OSHA en el caso de rehusarse a realizar una tarea: el trabajador debe aceptar el trabajo seguro y alternativo, si es que se le ofrece.*

- Usted podría actuar en conjunto con su compañero de trabajo para tratar con el capataz. Los trabajadores tienen más protección cuando trabajan juntos para resolver problemas de salud y seguridad. Si hay un comité de Salud y Seguridad en su lugar de trabajo, comuníquese con ellos.

- Usted debe involucrar a su sindicato (si tiene uno) lo más pronto posible porque en su contrato puede estar escrito algo relacionado con la salud y la seguridad que le puede otorgar protecciones adicionales.

Cómo responder a los problemas de salud y seguridad en el trabajo

Hoja de actividades para el escenario N^{ro}. 2

Usted es un celador del 6to piso del *Hospital We Care*. La semana pasada, Domingo, uno de sus colegas, se resbaló cuando estaba cargando una cantidad de toallas y se dislocó el hombro. Las toallas no le permitieron ver el letrero que decía “cuidado, piso húmedo”. El mes pasado, un celador se resbaló mientras llevaba a un paciente en una silla de ruedas. A usted se le dijo que los pisos del hospital deben lavarse varias veces al día debido al constante tráfico de la gente que entra al hospital. Usted sabe que el nuevo piso súper brillante es muy resbaloso cuando está húmedo y se siente preocupado.

1. ¿Cuál es el peligro en esta situación?

2. ¿Qué derechos de OSHA le pueden ser útiles para usted y sus compañeros de trabajo en esta situación?

6. ¿Qué pasos podría tomar para usar los derechos de OSHA que eligió?

Cómo responder a los problemas de salud y seguridad en el trabajo
Hoja de actividades para el escenario N^{ro}. 2
(Hoja de respuestas para facilitador)

Usted es un celador del 6^{to} piso del *Hospital We Care*. La semana pasada, Domingo, uno de sus colegas, se resbaló cuando estaba cargando una cantidad de toallas y se dislocó el hombro. Las toallas no le permitieron ver el letrero que decía “cuidado, piso húmedo”. El mes pasado, un celador se resbaló mientras llevaba a un paciente en una silla de ruedas. A usted se le dijo que los pisos del hospital deben lavarse varias veces al día debido al constante tráfico de la gente que entra al hospital. Usted sabe que el nuevo piso súper brillante es muy resbaloso cuando está húmedo y se siente preocupado.

1. ¿Cuál es el peligro en esta situación?
 - Los pisos están resbalosos con frecuencia porque se lavan varias veces al día y porque el nuevo piso es muy resbaloso cuando está mojado.
 - Los trabajadores no siempre pueden ver los carteles de “precaución” porque cargan materiales que bloquean su visión.
 - Las visitas también están en peligro porque no pueden ver los carteles sino hasta que están en pasillo correspondiente.

2. ¿Qué derechos de OSHA le pueden ser útiles para usted y sus compañeros de trabajo en esta situación?
 - El derecho a un lugar de trabajo libre de peligros conocidos (cláusula del deber general).
 - El derecho de pedir y obtener información sobre peligros a la salud y seguridad en el trabajo.
 - Derecho de llevar su queja a OSHA sin que se revele su identidad.

3. ¿Qué pasos podría tomar para usar los derechos de OSHA que ha elegido?
 - Hablar con otros trabajadores para ver qué piensan sobre el problema y tratar de idear posibles soluciones.
 - Averiguar cuántas veces se han resbalado y caído los trabajadores durante los últimos 6 meses.
 - Hablar con su supervisor (es mejor ir con un compañero de trabajo) sobre el problema y las posibles soluciones.
 - Si la situación no mejora, llame a OSHA y solicite una inspección.
 - Averigüe con su sindicato (si tiene uno) porque en su contrato puede estar escrito algo relacionado con la salud y la seguridad o tal vez hay un comité de salud y seguridad.

Cómo responder a los problemas de salud y seguridad en el trabajo

Hoja de actividades para el escenario N^{ro}. 3

Usted es secretaria de una gran compañía de seguros y se pasa la mayor parte del día sentada en frente a su computadora, en su escritorio al lado de la ventana. Usted es baja y su computadora está demasiado alta para usted. La compañía despidió a varios empleados y sus tareas han aumentado. Recientemente, la compañía instaló cámaras de video para supervisar a los empleados administrativos. Durante los últimos dos meses usted desarrolló dolores de estómago y de cabeza por nervios. Se quejaría con su supervisor pero no puede arriesgar perder su trabajo.

1. ¿Cuál es el peligro en esta situación?
2. ¿Qué derechos de OSHA le pueden ser útiles para usted y sus compañeros de trabajo en esta situación?
3. ¿Qué pasos podría tomar para usar los derechos de OSHA que ha elegido?

Cómo responder a los problemas de salud y seguridad en el trabajo
Hoja de actividades para el escenario N^{ro}. 3
(Hoja de respuestas para facilitador)

Usted es secretaria de una gran compañía de seguros y se pasa la mayor parte del día sentada en frente a su computadora, en su escritorio al lado de la ventana. Usted es baja y su computadora está demasiado alta para usted. La compañía despidió a varios empleados y sus tareas han aumentado. Recientemente, la compañía instaló cámaras de video para supervisar a los empleados administrativos. Durante los últimos dos meses usted desarrolló dolores de estómago y de cabeza por nervios. Se quejaría con su supervisor pero no puede arriesgar perder su trabajo.

1. ¿Cuál es el peligro en esta situación?
 - Problemas con la computadora: largas horas frente a la computadora (¿sin descansos?), resplandor en la pantalla del monitor de la ventana, mal ángulo para la mano por el uso del ratón y el teclado, etc.
 - Estrés: demasiada carga laboral, constante supervisión de cámaras de video, miedo de perder el trabajo

2. ¿Qué derechos de OSHA le pueden ser útiles para usted y sus compañeros de trabajo en esta situación?
 - El derecho a un lugar de trabajo libre de peligros reconocidos (cláusula del deber general).
 - El derecho de pedir y obtener información sobre peligros a la salud y seguridad en el trabajo.
 - Derecho de llevar su queja a OSHA sin que se revele su identidad.

3. ¿Qué pasos podría tomar para usar los derechos de OSHA que ha elegido?
 - Hablar con otros trabajadores para ver qué si ellos también tienen problemas similares y saber qué piensan que se puede hacer.
 - Hablar con su supervisor (es mejor ir con un compañero de trabajo) sobre el problema y las posibles soluciones. Por ejemplo, tener sillas y escritorios adaptados para cada empleado y pantallas anti-reflejo para los monitores de las computadoras. También puede hablar sobre la carga laboral y ver si el trabajo se puede distribuir de forma más pareja.
 - Averigüe cuántas veces los empleados han faltado al trabajo por problemas relacionados con la computadora y el estrés.
 - Averigüe con su sindicato (si tiene uno) porque en su contrato puede estar escrito algo relacionado con la salud y la seguridad o tal vez hay un comité de salud y seguridad

Ayudas Visuales para el MODULO 6: Protecciones de la salud y seguridad y Compensacion del Trabajador

Ayudas visuales para la Bienvenida y Presentación

Objetivos

- identificar algunos riesgos de salud y seguridad en el trabajo
- revisar el derecho legal a un lugar de trabajo libre de peligros y la Ley de Seguridad y Salud
- practicar evaluar y responder a los riesgos en el lugar de trabajo
- revisar lo que la Compensación para Trabajadores ofrece a los trabajadores lesionados en el trabajo

Agenda

- Bienvenida y Presentaciones
- ¿Cuáles son algunos de los peligros de salud y seguridad en el área de trabajo?
- OSHA: el derecho legal de un lugar de trabajo seguro
- Cómo responder ante problemas de salud y seguridad en el trabajo
- Trabajadores y compensaciones: ¿Qué hacer cuándo se sufre un accidente de trabajo?

Resumen

Ayuda Visual para la Actividad 1: (solo título)

Algunos Riesgos en el Lugar de Trabajo

Ayuda Visual para la Actividad 1: (solo título; 1 para cada escenario, 1-3)

Escenario 1