



Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

PROGRAMA DE SEGURIDAD EN EL TRABAJO

Objetivo General

Generar un sistema que permita la prevención, gestión, seguimiento e información oportuna de riesgos ocupacionales.

Objetivos Específicos

- Dar cumplimiento a la legislación vigente en materia de seguridad y salud ocupacional.
- Crear un esquema que sistematice las actividades y asigne tareas a los diferentes niveles de la organización involucrados en la gestión de riesgos ocupacionales.
- Involucrar a los jefes de servicio directamente en el rol de supervisión de los riesgos de accidentes del trabajo y riesgos asociados a los procesos propios de la Institución.
- Fortalecer la difusión de la gestión correcta de accidentes y/o enfermedades ocupacionales, buscando que los trabajadores sepan identificar los diferentes escenarios y las acciones a tomar.
- Potencializar la prevención, no sólo a través de la investigación de las causas de los riesgos ocupacionales, sino también con la detección oportuna de nuevos casos en el área de vigilancia de la salud además de análisis de riesgos de cada área, mismo que será responsabilidad del Jefe de cada área.
- Capacitar a los trabajadores más vulnerables en probables riesgos ocupacionales.
- Programación periódica de estudios médicos de acuerdo a los apoyos de sectores externos.
- Fortalecer el papel del médico en el trabajo o medicina en el trabajo que los convierte en un activo de primer orden en la gestión de contingencias.

Alcances





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

A todo el personal que labora en el Instituto Nacional de Cardiología Ignacio Chávez.

Periodo de Aplicación

Permanente

1) Prevención de Riesgos

- Las autoridades institucionales con base a las leyes vigentes aplicables deberán mejorar, adaptar y ofrecer un lugar seguro a los trabajadores en el cual puedan ejercer sus labores.
- Los jefes de servicio de cada área, departamento y coordinación, serán los responsables de supervisar que las actividades de trabajo del personal a su cargo sean desarrolladas en un ambiente seguro.
- El responsable de área o departamento en colaboración con el personal a cargo deberán mantener su área de trabajo con las condiciones óptimas de seguridad.
- En caso de presentarse una circunstancia propicia para que ocurra un riesgo ocupacional, se deberá reportar al responsable directo y al área correspondiente para subsanar el daño, si fuera el caso.

2) Investigación de Accidente de Trabajo

- Contar con un diagnóstico integral por área de las condiciones de seguridad y salud del centro laboral, debiendo considerar al menos la identificación de los siguientes puntos:
 - A) Las condiciones físicas, peligrosas o inseguras que puedan representar un riesgo en las instalaciones, procesos,





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

- maquinaria, equipo, herramientas, medios de transporte, materiales y energía;
- B) Los agentes físicos, químicos y biológicos capaces de modificar las condiciones del medio ambiente del centro de trabajo que, por sus propiedades, concentración, nivel y tiempo de exposición o acción, puedan alterar la salud de los trabajadores, así como las fuentes que lo generan.
- C) Los peligros circundantes al centro de trabajo que lo puedan afectar, cuando sea posible, y
- D) Los requerimientos normativos en materia de seguridad y salud en el trabajo que resulten aplicables.
- Todo accidente consumado dentro del Instituto requerirá de una investigación detallada para determinar la causa o motivo por la cual se suscitó el accidente.
 - Solicitar de manera escrita y firmada por parte de los representantes de la Comisión Mixta de Seguridad y Salud en el Trabajo, al área involucrada en el accidente de trabajo, la atención para determinar la causa del accidente, con el objeto de subsanar los elementos que provocan los accidentes, así como prevenir accidentes futuros, el área de competencia deberá responder al escrito, adjuntando la evidencia correspondiente y describir las medidas correctivas aplicables.

3) Capacitación

- Coadyuvar con la Comisión Mixta de Seguridad y Salud en el Trabajo y el Departamento de Prestaciones y Capacitación, para la capacitación constante del personal del Instituto que forme parte de los servicios preventivos de seguridad y salud en el trabajo, en las funciones y actividades de la misma.





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

- Al personal de nuevo ingreso se le capacitará sobre seguridad y salud en el trabajo, inmediatamente después de su incorporación al Instituto mediante el taller de inducción, y durante la inducción al puesto.
- Asesoramiento a mandos medios y superiores para el establecimiento de políticas y normas internas de salud en el trabajo.
- Capacitar a los trabajadores para la operación segura de la maquinaria y equipo, así como de las herramientas que utilicen para desarrollar su actividad.
- Capacitar y adiestrar al personal ocupacionalmente expuesto sobre el manejo de las sustancias químicas y el tipo de control aplicado para prevenir la contaminación del ambiente laboral.

4) Servicios Preventivos en Medicina del Trabajo

- Asignar a por lo menos un médico para atención urgente médica específicamente del trabajador.
- El Departamento de Prestaciones y Capacitación deberá solicitar los exámenes médicos para el personal de nuevo ingreso así como de la consulta médica para el seguimiento de los mismos estableciendo fecha y hora para la atención.
- Promover el desarrollo de servicios preventivos de salud en el centro de trabajo; los que comprenderán la evaluación de las condiciones generales de salud de los trabajadores y su seguimiento; la medición de las condiciones ambientales en las que los trabajadores realizan sus labores.
- Aplicación de exámenes médicos orientados al trabajo para la prevención y detección de manifestaciones iniciales de las





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

enfermedades ocupacionales, así como para identificar los diversos agentes agresores que puedan afectar a los trabajadores.

- La atención que proporcionará el médico del trabajo al personal, se dará además del seguimiento de los estudios médicos en las siguientes situaciones:
 - A) Por enfermedad general: se brindará la primera atención en caso de urgencia, y posteriormente invitarlo a acudir a su clínica familiar del ISSSTE.
 - B) Por enfermedad de trabajo: esta atención se proporcionará cuando se sospeche o detecte por el servicio médico o cuando lo solicite el responsable, jefe del departamento o el trabajador.

5) Verificaciones Generales

- Realizar un cronograma de actividades a las áreas que visitará la Comisión Mixta de Seguridad en cada uno de los recorridos, a modo de que en los 4 recorridos anuales se cubra la verificación de la mayoría de las áreas del Instituto, a fin de detectar, evaluar y controlar todas las condiciones o circunstancias que representan actos y/o condiciones peligrosas para la salud e integridad física del trabajador.
- En cada una de las áreas en las que se realice el recorrido se revisará a detalle en cada una de las áreas los siguientes puntos:
 - A. Aseo, orden y distribución de las áreas de trabajo y equipo.
 - B. Botiquines para primeros auxilios.
 - C. Espacio de trabajo, pasillos y servicios sanitarios.
 - D. Protecciones en el punto de operación.





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

- E. Estado del mantenimiento preventivo y correctivo de las instalaciones y del equipo de los trabajadores.
 - F. Escaleras y andamios.
 - G. Carros de mano, carretillas y montacargas.
 - H. Pisos y plataformas.
 - I. Alumbrado, ventilación y áreas con temperaturas extremas artificiales.
 - J. Cableado, extensiones y conexiones eléctricas.
 - K. Ascensores.
 - L. Agentes dañinos, tales como ruidos, vibraciones, polvos y gases.
 - M. Recipientes sujetos a presión.
 - N. Peligros de explosión por gases, polvos o cualquier otro agente.
 - O. Cadenas, cables, cuerdas y aparejos.
 - P. Accesos a equipos elevados.
 - Q. Salidas normales y de emergencia.
 - R. Patios, paredes, techos y caminos.
 - S. Sistemas de prevención de incendios.
- Las diversas incidencias identificadas durante el recorrido deberán hacerse oficialmente del conocimiento del responsable del área que se supervisa para corregirlas (eliminarlas), programando y realizando el seguimiento correspondiente hasta su cumplimiento.
 - Orientar a los trabajadores y jefes durante los recorridos de verificación sobre las medidas de seguridad aplicables a sus actividades.

6) Equipo y Protección de Personal y Uso de Maquinaria

- Con base en las actividades que realizan los trabajadores, se les deberá proporcionar, el equipo de protección personal,





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

manteniendo un inventario de reserva, para casos de reposición conforme a los lineamientos normativos.

- Proporcionar a los trabajadores equipo de protección personal que cumpla con las siguientes condiciones:
 - A) Que atenúe la exposición del trabajador con los agentes de riesgo;
 - B) Que en su caso, sea de uso personal;
 - C) Que esté acorde a las características físicas de los trabajadores, y
 - D) Que cuente con las indicaciones, los procedimientos del fabricante para su uso, revisión, reposición, limpieza, limitaciones, mantenimiento, resguardo y disposición final.
- Será responsabilidad del Jefe directo supervisar que durante la jornada de trabajo, los trabajadores utilicen el equipo de protección personal provisto, con base a la capacitación y adiestramiento proporcionados previamente.
- Identificar y señalar las áreas del centro de trabajo en donde se requiera el uso obligatorio de equipo de protección personal. La señalización debe cumplir con lo establecido en la NOM-026-STPS-1998 y los lineamientos de Protección Civil.
- Es obligación de los trabajadores hacer uso debido del equipo de protección de personal sin excepción.
- La maquinaria y equipo deben estar provistos de dispositivos de seguridad para paro de urgencia de fácil activación, además de incorporar una protección al control de mando para evitar un funcionamiento accidental.





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

7) Atención a Emergencias

- Buscar que por lo menos el 10% de la plantilla del personal del Instituto integre el grupo de brigadistas de primeros auxilios, combate de incendios, evacuación y rescate.
- Dentro de las actividades del grupo de brigadistas se tendrá que considerar acciones de capacitación en materia de protección civil con previa solicitud presupuestal.
- Contar con un inventario de equipo contra incendios disponible y en lugares estratégicos de los centros de trabajo del Instituto.

8) Primeros Auxilios

- El centro de trabajo establecerá el tipo y el contenido del botiquín, conforme a las necesidades propias del Instituto y de las Normas Oficiales Mexicanas vigentes y aplicables.
- Características del botiquín. El botiquín deberá tener las características siguientes: ser de fácil transporte; visible y de fácil acceso; identificable con una cruz roja; de peso no excesivo; sin candados o dispositivos que dificulten el acceso a su contenido, y con un listado del mismo.

9) Prevención de Riesgos Psicosociales

- Establecer por escrito, e implantar y difundir en el Instituto una política de prevención de riesgos psicosociales que contemple:
 - A) La promoción de un entorno organizacional favorable;
 - B) La prevención de los factores de riesgo psicosocial, y





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

- C) La prevención de la violencia laboral.
- Difundir y proporcionar información a los trabajadores sobre:
 - A) La política de prevención de riesgos psicosociales;
 - B) Las medidas adoptadas para combatir las prácticas opuestas al entorno organizacional favorable y actos de violencia laboral;
 - C) Las medidas y acciones de prevención y, en su caso, control de los factores de riesgo psicosocial;
 - D) Los mecanismos para presentar quejas por prácticas opuestas al entorno organizacional favorable y para denunciar actos de violencia laboral;
 - E) La identificación de los factores de riesgo psicosocial y la evaluación del entorno organizacional tratándose de centros de trabajo de más de 50 trabajadores, y
 - F) Las posibles alteraciones a la salud por la exposición a los factores de riesgo psicosocial.
- Realizar la identificación de los factores de riesgo psicosocial y la evaluación del entorno organizacional, el cual deberá comprender lo siguiente:
 - A) Las condiciones en el ambiente de trabajo
 - B) Las cargas de trabajo.
 - C) La falta de control sobre el trabajo
 - D) Las jornadas de trabajo y rotación de turnos que exceden en lo establecido en la Ley Federal del Trabajo y las Condiciones Generales de la Secretaría de Salud.
 - E) Interferencia en la relación trabajo-familia
 - F) Liderazgo negativo y relaciones negativas en el trabajo
 - G) La violencia laboral
- Incorporar al PAC (Programa Anual de Capacitación) capacitación en materia de riesgos psicosociales y primeros auxilios psicológicos.





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

- Difundir de manera permanente publicidad que indique como identificar, tratar y dar seguimiento de los riesgos psicosociales.
- Evaluación diagnóstica de estabilidad psicoemocional de los trabajadores del Instituto, de conformidad con la NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de riesgo psicosocial en el trabajo-identificación, análisis y prevención.

10) Control Ambiental

- Elaborar un subprograma que incluya acciones que permitan identificar y cuantificar los agentes contaminantes químicos, físicos y biológicos, observando que éstos se encuentren dentro de los límites máximos permisibles.
- Realizar campañas activas del cuidado del agua y/o electricidad, reciclado, servicios de fumigación para abatir fauna nociva.
- Vigilancia de condiciones sanitarias:
 - A) Vigilar las instalaciones, tales como oficinas, áreas de producción, comedor, sanitarios, regaderas, vestidores, patios, cisternas, ductos de gases, entre otras.
 - B) Control microbiológico de agua y alimentos, determinar su periodicidad a partir de un análisis inicial y los resultados obtenidos.
 - C) Control de fauna nociva, higiene y desinfección de áreas contaminadas.
- Colocar señalamientos de precaución, obligación y/o prohibición, según corresponda, en la entrada de las áreas donde exista exposición a agentes químicos contaminantes del ambiente laboral, para prevenir riesgos a la salud de los trabajadores, en especial a los ajenos al manejo de las sustancias químicas,





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

de acuerdo con lo establecido en la NOM-026-STPS-2008, o las que la sustituyan.

11) Promoción General.

- Difundir de manera permanente material de seguridad y salud en el trabajo.
- Promover en los medios de comunicación disponibles de la Institución de una campaña de difusión de avisos preventivos y de información relativa en materia de prevención de riesgos.
- Organización de la “Campaña de la Semana de Seguridad y Salud en el Trabajo”.

12) Normas Reglamentos y Leyes

- Difundir, en el ámbito de su competencia, la aplicación de la normatividad relacionada con la prevención de accidentes y enfermedades de trabajo.
- Efectuar pláticas con el personal, a fin de que se despejen las dudas que al efecto se presenten en la aplicación de las reglas y normas, además de propiciar un marco de reflexión sobre la importancia de cumplir con la misma.

13) Orden y limpieza del mobiliarios e instalaciones

- Se deberá contar con lugares y mobiliarios adecuados, de conformidad con las disposiciones legales y normativas en la materia.
- Verificar que las diferentes áreas, el mobiliario, y en general, las instalaciones se deberán mantener limpias.





SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



Instituto Nacional de Cardiología Ignacio Chávez
Renacimiento de la excelencia

Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

- La basura y los desperdicios deberán manejarse y, en su caso, eliminarse de manera que no afecten la salud de los trabajadores. En caso de que por la naturaleza de los desperdicios y basura, éstos requieran un tratamiento especializado por particulares, se tratará conforme a las disposiciones aplicables.

Nota: es responsabilidad de cada Departamento o Servicio la aplicación de dicho Plan de Mejora, recordando que cuentan con actividades muy específicas y diversas que las demás áreas.

Elaboración de Proyecto:

Lic. Diana Lanche López
Departamento de Prestaciones y Capacitación





Plan de Mejora en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo

Actualización Julio 2021

Bibliografía

Constitución Política de Los Estados Unidos Mexicanos

Ley Federal de Los Trabajadores Al Servicio del Estado, Reglamentaria del Apartado B) Del Artículo 123 Constitucional.

Reglamento de Seguridad E Higiene de La Secretaria De Salud.

Condiciones Generales de Trabajo de la Secretaria de Salud.

NORMA Oficial Mexicana NOM-004-STPS-1999, Sistemas de Protección y Dispositivos de Seguridad en la Maquinaria y Equipo que se utilice en los centros de trabajo.

NORMA Oficial Mexicana NOM-017-STPS-2008, Equipo de Protección Personal-Selección, Uso y Manejo en los Centros de Trabajo.

NORMA Oficial Mexicana NOM-030-STPS-2009, Servicios Preventivos de Seguridad y Salud en el Trabajo, Funciones y Actividades.

NORMA Oficial Mexicana NOM-010-STPS-2014, Agentes Químicos Contaminantes del Ambiente Laboral-Reconocimiento, Evaluación y Control.

NORMA Oficial Mexicana NOM-035-STPS-2018, Factores de Riesgo Psicosocial en el Trabajo-Identificación, Análisis y Prevención.

