

Salud y seguridad en el trabajo



Aquí comienza la prevención

Sensibilización de
los trabajadores
sobre salud y
seguridad en
4 pasos

Este cuadernillo pertenece a:

.....

Índice

- 01 INTRODUCCIÓN**
- 03 PASO 1: ASUMIR SU PARTE**
- 03 Todos cumplimos una función
- 04 Cómo funciona la Ley de Salud y Seguridad Ocupacional
- 06 Obligaciones del empleador
- 07 Obligaciones del supervisor
- 08 Obligaciones del trabajador
- 09 Derechos del trabajador
- 11 Cuestionario sobre el paso 1
- 13 PASO 2: INFORMARSE**
- 13 Necesita saber sobre los peligros
- 14 Algunos peligros laborales comunes
- 17 Protegerse contra los peligros
- 18 Equipos y dispositivos de protección
- 19 Otras formas de informarse sobre los peligros
- 21 Cuestionario sobre el paso 2
- 23 PASO 3: PARTICIPAR**
- 23 Trabajar juntos por la seguridad
- 24 El derecho de participar en la salud y la seguridad
- 25 Representantes de salud y seguridad y comités conjuntos de salud y seguridad
- 26 Qué buscar y qué preguntar
- 28 Sea un modelo de seguridad
- 29 Cuestionario sobre el paso 3
- 31 PASO 4: OBTENER MÁS AYUDA**
- 31 No está solo
- 33 El derecho de negarse a hacer trabajo inseguro
- 34 Más información y recursos
- 37 Cuestionario sobre el paso 4
- 39 ¿QUÉ SUCEDE A PARTIR DE AHORA?**
- 41 RESPUESTAS A LOS CUESTIONARIOS**
- 42 EL SISTEMA DE SALUD Y SEGURIDAD DE ONTARIO**

Importante: El presente documento no constituye ningún tipo de asesoramiento legal. Para conocer los derechos y obligaciones que le corresponden en virtud de la Ley de Salud y Seguridad Ocupacional (Occupational Health and Safety Act) y sus reglamentaciones, recurra a su asesor legal o bien consulte la legislación ingresando en: http://www.e-laws.gov.on.ca/html/statutes/english/elaws_statutes_90o01_e.htm



Salud y seguridad en el trabajo

Aquí comienza la prevención

Sensibilización de los trabajadores sobre salud y seguridad en 4 pasos

Introducción

Este cuadernillo explica sus derechos y responsabilidades en el trabajo y le informa sobre las expectativas que la Ley de Salud y Seguridad Ocupacional [Occupational Health and Safety Act] (OHSA) de Ontario plantea con respecto a su empleador, supervisor y usted. Estas son cosas que debe saber y comprender para poder estar seguro en su trabajo hoy y todos los días.

Todos en el trabajo, desde el empleador hasta el trabajador más nuevo, deben cumplir diferentes e importantes tareas para contar con un ámbito laboral seguro.

Dado que los empleadores son los que tienen más autoridad en el trabajo, tienen también la mayor responsabilidad. Pero es importante para su propia seguridad que comprenda las obligaciones respecto de la salud y la seguridad que todos deben asumir, incluso usted.

La prevención de lesiones y enfermedades en el trabajo comienza aquí, con las cosas que aprenderá en este cuadernillo. Pero no termina aquí. **Una de las obligaciones de su empleador conforme la OHSA es darle información e instrucciones específicas sobre cómo estar seguro en el trabajo. Lo que aprenderá con este programa le servirá para comenzar a comprender esas instrucciones.** Esperamos que ponga en práctica lo que aprenda aquí todos los días de su vida laboral.

Paso 1: Asumir su parte

Todos cumplimos una función en materia de seguridad

Un nuevo trabajo es una oportunidad para comenzar de cero. Está aprendiendo nuevas destrezas y conociendo nuevas personas. **Pero todo trabajo tiene sus riesgos, independientemente de cuán seguro parezca ser.**

La cantidad de personas que cada año sufre una lesión o enfermedad ocupacional en Ontario llenaría las butacas de una docena de estadios de hockey grandes.

En su opinión, ¿quiénes en la siguiente lista tienen más posibilidades de lesionarse o enfermarse en el trabajo? Marque uno de los casilleros y explique por qué.

1. Trabajadores nuevos y jóvenes

¿Por qué? _____

2. Trabajadores experimentados

¿Por qué? _____

La respuesta correcta es la 1. **De acuerdo con estudios realizados, los trabajadores nuevos y jóvenes en Ontario tienen cuatro veces más probabilidades de lesionarse durante el primer mes de trabajo que en cualquier otro momento.** Eso se debe a que a menudo no reciben información sobre los peligros del trabajo o no la comprenden. No saben qué esperar de su empleador o supervisor ni qué se espera de ellos mismos. A veces no están seguros sobre qué preguntar. Incluso, a veces no saben a quién preguntar.

Y aquí es cuando la ley entra en juego.

Cómo funciona la Ley de Salud y Seguridad Ocupacional

La OHSA es un conjunto de normas que determina las obligaciones de los empleadores y supervisores y los derechos y obligaciones de los trabajadores. También existen varias reglamentaciones relacionadas con la OHSA. Estas incluyen normas más detalladas sobre cómo hacer que un lugar de trabajo sea seguro en situaciones específicas. Por ejemplo, varias reglamentaciones explican qué se necesita para trabajar con seguridad con químicos y otras sustancias peligrosas. Entre esas medidas se incluyen hojas informativas, etiquetas de advertencia y capacitación. También existen reglamentaciones para diferentes tipos de lugares de trabajo, como obras de construcción, establecimientos sanitarios, establecimientos industriales y minas.

El objetivo de la OHSA y las reglamentaciones es evitar que los trabajadores se lesionen o enfermen en el trabajo

Los inspectores del ministerio de Trabajo controlan que se cumplan las leyes y pueden dictar órdenes o presentar denuncias ante su incumplimiento. Si se determina que una persona violó la ley, se le puede aplicar multas o encarcelarlo.

La OHSA asigna obligaciones a todas las personas presentes en un lugar de trabajo. Estos deberes están relacionados con el nivel de autoridad de cada persona en el ámbito laboral.

Con el fin de organizar todas las obligaciones en un lugar de trabajo, la OHSA las divide en tres niveles principales de autoridad:

1. el empleador (que está a cargo de todos);
2. el supervisor;
3. el trabajador (usted).

En su opinión, ¿a quién de estas tres personas la OHSA le da la mayor cantidad de obligaciones? Marque uno de los casilleros en las páginas 5 o 6 y explique por qué.

1. El empleador.

¿Por qué? _____

2. El supervisor.

¿Por qué? _____

3. El trabajador

¿Por qué? _____

La respuesta correcta es la 1: **el empleador**.
Cuanta más autoridad tiene una persona en el lugar de trabajo, mayores son sus obligaciones con respecto a la salud y la seguridad.

Es importante para su seguridad que comprenda las obligaciones que cada uno tiene en torno a la salud y la seguridad.

Obligaciones del empleador

Las siguientes son algunas de las cosas que todo empleador debe hacer como parte de su trabajo según la OHSA:

1. Asegurarse de que los trabajadores conozcan los riesgos y peligros del ámbito de trabajo y cómo trabajar con seguridad.

2. Asegurarse de que todos los supervisores sepan cómo ocuparse de la salud y seguridad en el trabajo.
3. Crear políticas y procedimientos de salud y seguridad para el trabajo.
4. Asegurarse de que todos conozcan y sigan los procedimientos de salud y seguridad.
5. Asegurarse de que los trabajadores usen el equipo de protección adecuado.
6. Hacer todo lo que sea razonable para evitar que los trabajadores se lesionen o enfermen en el ámbito de trabajo.

Obligaciones del supervisor

Las siguientes son algunas de las cosas que todo supervisor debe hacer como parte de su trabajo según la OHSA:

1. Informar a los trabajadores sobre los riesgos y peligros en el ámbito de trabajo y mostrarles cómo trabajar de manera segura.
2. Asegurarse de que los trabajadores sigan la ley y las políticas y procedimientos de salud y seguridad en el trabajo.
3. Asegurarse de que los trabajadores usen el equipo de protección adecuado.
4. Hacer todo lo que sea razonable para evitar que los trabajadores se lesionen o enfermen en el ámbito de trabajo.

Obligaciones del trabajador

Las siguientes son algunas de las cosas que todo trabajador debe hacer como parte de su trabajo según la OHSa:

1. Seguir la ley y las políticas y procedimientos de salud y seguridad en el trabajo.
2. Siempre usar el equipo de protección exigido por el empleador.
3. Trabajar y actuar de manera tal de no lastimarse o lastimar a otros trabajadores.
4. Informar a su supervisor si detecta un peligro en el trabajo.

Suponga que le han pedido que haga algo sobre lo cual no sabe mucho. ¿Qué es lo que su empleador y supervisor deberían hacer para asegurarse de que puede hacerlo con seguridad? Explique en el espacio que aparece a continuación.

La gente que redactó la OHSa también tuvo en cuenta esto. **La ley dice que su supervisor y su empleador deben “tomar toda precaución que sea razonable en las circunstancias dadas para asegurar su protección”. Esto significa que deben hacer todo lo que sea razonable para protegerlo en el trabajo.**

Derechos del trabajador

Su empleador tiene la responsabilidad de hacer que el lugar de trabajo sea lo más seguro posible e informarle sobre todos los riesgos que existen en el trabajo que usted realiza. Su supervisor tiene la misma obligación. También deben asegurarse de que usted sabe cómo evitar esos peligros y cómo trabajar con seguridad. **Usted tiene el derecho en virtud de la OHSa de recibir información sobre los peligros relacionados con el trabajo que realiza y de recibir instrucciones sobre cómo hacer el trabajo con seguridad.**

Si alguien le pide que haga un trabajo del que usted no sabe demasiado, su empleador y supervisor son responsables de asegurarse de que usted sepa cómo hacer el trabajo con seguridad. Es por eso que tiene el derecho de hablar y hacer preguntas, incluso si es tímido o no está seguro. Cuando las personas no tienen la información ni la capacitación adecuadas se pueden lesionar en el trabajo.

Nunca debería temer de que tendrá problemas si hace preguntas o informa un problema. **Es contra la ley que su empleador o supervisor lo castiguen de alguna forma por hacer lo que la OHSA dice o por pedirles que hagan lo que la OHSA establece.** Esto se llama “represalia”. La ley incluso prohíbe que su empleador o supervisor lo amenacen con castigarlo o despedirlo por hacer alguna de esas cosas.

También tiene el derecho de negarse a hacer un trabajo que no es seguro si tiene razones para considerar que usted o un compañero correrá peligro si lo hace. Estudiaremos este derecho y su protección contra las represalias con mayor detalle más adelante.

La prevención comienza aquí, pero no termina aquí.

Cuestionario sobre el paso 1

Antes de pasar al paso 2 del programa, responda el siguiente breve cuestionario sobre el material que acabamos de cubrir. (Las respuestas están al final del cuadernillo, pero no las mire antes de tiempo.)

1. La cantidad de personas en Ontario que cada año sufren lesiones o enfermedades relacionadas con el trabajo llenaría las butacas de una docena de estadios de hockey grandes.
Sí No
2. Los trabajadores nuevos tienen menos posibilidades de lesionarse en el trabajo que las personas que han estado trabajando por más tiempo.
Sí No
3. La Ley de Salud y Seguridad Ocupacional y las reglamentaciones les indican a todos, desde el empleador hasta el trabajador más nuevo, qué deben hacer para trabajar en forma segura.
Sí No
4. La OHSA asigna la mayor responsabilidad al empleador para asegurarse de que nadie se lastime o se enferme en el trabajo.
Sí No
5. La ley prohíbe que mi empleador me despida o castigue por hacer lo que la OHSA dice.
Sí No



Paso 2: Informarse

Necesita saber sobre los peligros

Algunos dicen que lo que no se sabe no lastima. Eso no es verdad en el trabajo. En algunos trabajos, lo que no sabe lo puede matar. **Un peligro es cualquier cosa en el lugar de trabajo que lo puede lesionar a usted o a las personas que trabajan con usted.**

Todos hemos escuchado sobre algún trabajador o grupo de trabajadores que murieron en el trabajo. Nos hemos enterado de trabajadores que cayeron desde las alturas, que quedaron atrapados entre equipos o que se electrocutaron y quemaron. Eventos como estos son un shock para el lugar de trabajo y la comunidad y constituyen una pérdida trágica para la familia y amigos de la víctima. Desafortunadamente, este tipo de eventos suceden no una o dos veces, pero *docenas* de veces cada año en Ontario.

Existe un peligro en la raíz de cada muerte, lesión o enfermedad de origen laboral. Un peligro puede tener muchas formas. A veces se pueden combinar más de uno y hacer un peligro más grande aún. **Necesita informarse sobre los riesgos en su ámbito laboral antes de comenzar a trabajar.**

Piense en las personas que conoce. ¿Alguna de ellas se ha lesionado o ha muerto en el trabajo? ¿Cuál fue el peligro de raíz? ¿Cómo lo afectó? ¿Cómo afectó el accidente a la familia de la víctima? Escriba algunas notas sobre esta historia en el espacio que sigue.

Algunos peligros laborales comunes

Aquí le presentamos algunos peligros comunes en los lugares de trabajo de Ontario:

1. **Repetir los mismos movimientos una y otra vez, especialmente si su posición no es natural o si tiene que hacer mucha fuerza.**

Piense en una persona que se agacha todo el día o alguien que levanta objetos pesados una y otra vez, en particular por encima de los hombros o debajo de las rodillas.

2. **Resbalarse, tropezarse o caerse.** Piense en algo tan simple como café derramado en el piso, un área desordenada o una plataforma elevada sin barandas.
3. **Trabajar cerca de vehículos motorizados.** Piense en ser golpeado por un camión volquete que está retrocediendo en una obra de construcción o en una persona que la choca una carretilla elevadora en un depósito o en un muelle de carga.
4. **Usar maquinarias o trabajar cerca de ellas.** Muchos trabajadores han muerto o se han lesionado gravemente a causa de los equipos que operaban.
5. **Violencia en el lugar de trabajo.** Esto puede suceder en muchos trabajos como al personal de una estación de expendio de combustible cuando trabaja solo en la noche o a un profesional de la salud o a alguien que trabaja cuidando a otra persona en el hogar de esta.

¿Se le ocurren otros peligros comunes en el lugar de trabajo, especialmente en su propio trabajo? A continuación le damos algunos ejemplos. Intente agregar algunos otros.

1. Ruidos fuertes
2. Falta de luz
3. _____
4. _____
5. _____

También tiene que pensar en peligros menos visibles relacionados con su trabajo. Por ejemplo, sustancias químicas, gases o polvo tóxico. O gérmenes y virus en laboratorios y lugares de asistencia sanitaria. Algunos de estos peligros pueden enfermarlo gravemente. A veces estos peligros hacen que se enferme de inmediato, pero en otros casos se enfermará después de meses o incluso años. Es por eso que es importante que esté informado sobre estos peligros ahora.

Es **obligación del empleador** asegurarse de que el supervisor sepa lo suficiente y tenga suficiente experiencia y capacitación para ayudar a los trabajadores a hacer sus tareas de manera segura y saludable.

Es **obligación del empleador y del supervisor** informar a los trabajadores sobre los peligros en relación con la salud y la seguridad.

Es **obligación del trabajador** informar de inmediato a su supervisor o empleador sobre los peligros detectados para que puedan resolverlos.

Los empleadores, supervisores y trabajadores trabajan juntos para hacer que el lugar de trabajo sea más seguro.

Las siguientes son cuatro preguntas importantes sobre el trabajo cuyas respuestas necesita saber. Si no las sabe, pregúntele a su supervisor:

- ¿Cuáles son los peligros de este trabajo?
- ¿Necesito algún entrenamiento en particular para este trabajo?
- ¿Tengo el equipo de protección adecuado para este trabajo?
- Si tengo alguna duda sobre seguridad, ¿a quién le pregunto?

¿Puede pensar alguna otra pregunta sobre salud y seguridad que debería hacer? Aquí hay algunos ejemplos. Intente agregar algunos otros.

- ¿Cómo informo una lesión?
- ¿Qué hago en caso de una emergencia?
- _____
- _____
- _____

Protegerse contra los peligros

Existen muchas maneras con las que su empleador puede protegerlo de los peligros del trabajo. La mejor forma es eliminar el peligro por completo. Un buen ejemplo es reemplazar un químico de limpieza tóxico por uno no tóxico.

Si no se puede eliminar el peligro, su empleador puede intentar reducirlo. Esto se puede hacer disminuyendo la exposición al peligro, por ejemplo aumentando la ventilación en una planta o colocando una barrera alrededor de un equipo peligroso. Estos son “controles de ingeniería”.

Otra forma de reducir los peligros es disminuir la duración o frecuencia de contacto con el peligro. Esto se puede hacer organizando el trabajo en forma diferente de modo tal que no esté expuesto tanto tiempo. Estos se denominan “controles de práctica laboral o administrativos”.

Si el peligro continua después de intentar controlarlo a través de la eliminación, los controles de ingeniería y los controles de práctica laboral o administrativos, es posible que su empleador le exija que use equipos o dispositivos de protección.

Equipos y dispositivos de protección

La OSHA establece que una de sus obligaciones como trabajador es usar siempre los equipos de protección que el empleador le exija llevar.

Puede considerar que un casco, gafas de seguridad, botas con punta de acero u otra prenda o equipo de protección son incómodos o hacen que trabaje más lentamente. Pero si la OSHA o su empleador dicen que los debe usar para hacer el trabajo, tiene que hacerlo.

Es posible que algunas de las máquinas que hay en un lugar de trabajo tengan una defensa. La defensa lo protege de entrar en contacto con una pieza móvil. Si su empleador o una de las normas de la OSHA dicen que se debe usar una defensa, esta debe usarse. **La OSHA dice que nunca debe retirar o desactivar los dispositivos de protección que sean obligatorios.** Si el dispositivo se desprendió por algún motivo, no debe usar el equipo antes de que se vuelva a colocar la protección. Tomar atajos sacando las defensas es inseguro – y viola la ley.

La OSHA establece que tiene que asegurarse de no usar ningún equipo o maquinaria de una forma que pudiera lesionarlo o lesionar a otros.

Tampoco puede actuar o comportarse de una forma que pudiera lastimarlo o lastimar a otra persona. Eso significa que no puede jugar, hacer bromas o actuar de maneras que pudieran lastimar a alguien.

Otras formas de informarse sobre los peligros

Existen otras maneras a través de las cuales se puede informar sobre los peligros en su ámbito laboral. Es posible que su empleador tenga material escrito sobre algunos procedimientos de seguridad y salud ocupacional. Estos procedimientos se refieren al trabajo que usted hace y a las máquinas y equipos que utiliza. Su empleador tiene que asegurarse de que usted los conozca y comprenda antes de comenzar a trabajar. Su empleador también es responsable de asegurarse de que todos sigan los procedimientos.

La ley dice que todo trabajador tiene que contar con información y recibir capacitación sobre las sustancias químicas y los materiales peligrosos presentes en su lugar de trabajo. La Reglamentación sobre el Sistema de Información sobre Materiales Peligrosos en el Trabajo (Workplace Hazardous Materials Information System (WHMIS) Regulation) señala que usted necesita recibir información e instrucciones sobre cómo usar, almacenar y eliminar con seguridad los materiales peligrosos. Dicha información está disponible en las etiquetas de advertencia y en las hojas informativas.

Si su trabajo comprende usar un equipo, su empleador y supervisor deben instruirle sobre cómo operarlo de manera segura.

Una forma de obtener información sobre cómo usar la maquinaria es consultando el manual del operario. En él encontrará datos sobre los peligros y cómo usar el equipo de manera adecuada. Su empleador debe asegurarse de que todos tengan la posibilidad de consultar el manual cuando lo necesiten. Si el manual del equipo que está utilizando no está disponible, debe pedirle a su supervisor que le informe sobre cómo operarlo de manera segura.

Otra manera importante a través de la cual puede aprender sobre los peligros es la capacitación.

A veces su empleador le dará entrenamiento en el lugar de trabajo y otras veces lo enviará a otro lugar para obtener capacitación. Su empleador también debe decirle cómo y dónde obtener primeros auxilios y qué hacer en el caso de una emergencia.

En un lugar de trabajo seguro y saludable, todos conocen los peligros. **Si observa un peligro en el lugar de trabajo o algo que puede convertirse en un peligro, infórmelo a su supervisor o empleador de inmediato.** De esa manera, alguien que sabe cómo solucionarlo podrá encargarse para que nadie se lesione. “Aquí comienza la prevención”, cuando todos están al tanto de los peligros.

Cuestionario sobre el paso 2

A continuación hay un breve cuestionario sobre esta parte del programa. (Las respuestas están al final del cuadernillo, pero no las mire antes de tiempo.)

1. La Ley de Salud y Seguridad Ocupacional establece que usted tiene el derecho de saber sobre los peligros en su lugar de trabajo.
Sí No
2. Si un trabajo lo puede enfermar siempre se sentirá mal de inmediato.
Sí No
3. Para evitar lesionarse en el trabajo, necesita informarse sobre los peligros mientras está trabajando.
Sí No
4. Si tiene dudas sobre la seguridad en relación con el trabajo que está haciendo, debería guardarse las dudas para usted.
Sí No
5. Si observa un peligro mientras está trabajando debe informarlo a su supervisor o empleador de inmediato.
Sí No



Paso 3: Participar

Trabajar juntos por la seguridad

Comprender la Ley de Salud y Seguridad Ocupacional significa conocer las obligaciones sobre salud y seguridad de los empleadores y supervisores y las obligaciones y derechos de los trabajadores, y ponerlos en práctica. Todos tenemos que participar.

Si un empleador está al tanto de un peligro y no intenta eliminarlo o reducirlo, o no se asegura de que los trabajadores sean informados al respecto y sobre cómo manejarlo, el empleador no está haciendo lo que la ley le exige.

Si un supervisor está al tanto de un peligro y no le explica a los trabajadores sobre cómo manejarlo, ese supervisor no está haciendo lo que la ley exige.

Si un trabajador está al tanto de un peligro y no lo informa al supervisor o empleador, ese trabajador no está haciendo lo que la ley exige.

Si observa un peligro en el trabajo, tiene la obligación de informarlo. Esto incluye informar cuando un equipo no está funcionando bien y cualquier otro peligro que pudiera estar presente como resultado de no seguir la OHSA o sus reglamentaciones. Es importante que usted informe a su supervisor o empleador cualquier lesión, incidente o evento que casi se convierte en accidente, para que puedan prevenir que cosas parecidas vuelvan a pasar en el futuro.

El derecho de participar en la salud y la seguridad

La OHSA le otorga el derecho de participar e involucrarse en mantener su lugar de trabajo seguro y saludable. Existen muchas maneras de hacer esto. ¿Puede pensar tres ejemplos?

1. _____
2. _____
3. _____

Aquí le presentamos cuatro formas de involucrarse para mantener su lugar de trabajo seguro, pero existen muchas más:

1. Puede hacer preguntas cuando no está seguro sobre algo.
2. Puede ofrecerse para ser representante de salud y seguridad o ser miembro del comité conjunto de salud y seguridad.
3. Puede ayudar a su representante de salud y seguridad o al comité conjunto de salud y seguridad con las inspecciones de salud y seguridad señalando posibles peligros en su área de trabajo.
4. Puede tomarse la capacitación en salud y seguridad seriamente y poner lo que aprende en práctica en su trabajo.

Representantes de salud y seguridad y comités conjuntos de salud y seguridad

La OHSA establece que los lugares de trabajo con 6 a 19 trabajadores necesitan tener un representante de salud y seguridad o un comité conjunto de salud y seguridad. En la mayoría de los lugares más grandes con 20 o más trabajadores, la OHSA exige que se establezca un comité conjunto de salud y seguridad. **Los comités tienen al menos dos miembros; los trabajadores o el sindicato, en caso de existir, eligen a uno y el empleador elige al otro.** En la mayoría de lugares con 50 o más trabajadores, el comité debe tener al menos cuatro miembros, y al menos la mitad de ellos deben representar a los trabajadores.

El comité juega un papel importante a la hora de ayudar a mantener el lugar de trabajo seguro. Por ejemplo, un miembro del comité que represente a los trabajadores debe inspeccionar regularmente el lugar de trabajo. La información obtenida en estas inspecciones es presentada ante el comité quien hace recomendaciones al empleador para mejorar la salud y seguridad. El empleador debe responder ante estas recomendaciones dentro de un período corto de tiempo. Dado que el comité está compuesto por un representante del empleador y otro de los trabajadores, todos tienen la oportunidad de identificar y resolver problemas.

En lugares de trabajo más pequeños, el representante de salud y seguridad cumple muchas de las mismas funciones que un comité. Ayuda a mejorar la salud y seguridad en el trabajo, por ejemplo, inspeccionando el lugar de trabajo frecuentemente. Si encuentra un problema, realiza recomendaciones al empleador sobre cómo resolverlo.

Qué buscar y qué preguntar

La OSHA establece que su empleador debe colocar en un lugar visible la OSHA y otras informaciones de seguridad y salud, como un afiche sobre salud y seguridad ocupacional.

Busque dónde están publicados los nombres de su representante de salud y seguridad o de los miembros del comité de salud y seguridad. Estas son las personas con las que puede hablar si necesita ayuda. Si su lugar de trabajo tiene más de 5 trabajadores, su empleador debe colocar en un lugar visible la política de salud y seguridad de la compañía.

Si no puede encontrar ninguna de estas informaciones en su trabajo, hable con su supervisor al respecto. La salud y la seguridad son una parte importante del trabajo del supervisor. También puede hablar con las personas con quienes trabaja y beneficiarse de la experiencia de cada uno de ellos.

Siempre esté atento para detectar los peligros para usted y los demás. Antes de comenzar su día laboral, pregúntese cosas como:

- ¿Alguna de las máquinas está rota?
- ¿Hay etiquetas o señales de advertencia?
- ¿Hay equipos móviles en los que pudiera quedar atrapado?
- ¿Hay algo con lo que me pudiera resbalar o tropezar?
- ¿Necesito usar equipo de protección?
- ¿Necesito saber cómo hacer este trabajo con seguridad?

¿Puede pensar otras preguntas para hacer? Aquí le damos algunos ejemplos.

Intente agregar algunas otras.

- ¿Hay algún trabajador cerca que pudiera lesionarse con lo que estoy haciendo?
- ¿Esta tarea es más exigente de lo que puedo soportar físicamente?

- _____
- _____
- _____

Estas son buenas preguntas para todos. La prevención comienza aquí, prestando atención a los detalles y siguiendo la OSHA y los procedimientos de salud y seguridad de su ámbito laboral.

Sea un modelo de seguridad


La mayoría de los trabajadores debería poder ver a sus supervisores como buenos modelos de salud y seguridad. Pero es posible que otros lo miren a usted como un modelo de salud y seguridad.

La manera en que trabaja, piensa y habla sobre el trabajo puede afectar la seguridad de las personas con las que trabaja. El mensaje que los demás deberían recibir de usted es: “Aquí comienza la prevención”.

Cuestionario sobre el paso 3

A continuación hay un breve cuestionario sobre esta parte del programa. (Las respuestas están al final del cuadernillo, pero no las mire antes de tiempo.)

1. Es importante que sepa cómo hacer su trabajo de forma segura. Debe compartir lo que sabe. Si observa un peligro, debe informar a su supervisor o empleador.
Sí No
2. Debe involucrarse en los asuntos de salud y seguridad haciendo preguntas y debe poner en práctica lo que aprende en las capacitaciones.
Sí No
3. Si no puede encontrar ninguna información sobre salud y seguridad colocada en un lugar visible en su lugar de trabajo, debe retomar el trabajo y no preocuparse.
Sí No
4. Su representante de salud y seguridad o el comité conjunto de salud y seguridad pueden ayudarlo con las dudas que pudiera tener sobre cómo trabajar de manera segura.
Sí No
5. Está bien tomar atajos en la seguridad para hacer el trabajo más rápido y a tiempo.
Sí No



Paso 4: Obtener más ayuda

No está solo

Es un hecho triste que en algunos lugares de trabajo nadie le presta mucha atención a la seguridad. En aquellos lugares, lo que les importa es hacer el trabajo lo más rápido posible. Si alguien cuestiona la forma en que se hacen las cosas, es posible que le pongan cara fea, pero que no hagan nada para hacer que las cosas sean más seguras. La gente en lugares como esos a menudo tienen temor de hacer algo al respecto porque no quieren que los despidan. Entonces se quedan callados.

Quizás usted se haya sentido así en un trabajo anterior. Es por eso que es importante saber que no está solo. Siempre existe ayuda afuera del lugar de trabajo.

Si ve algo que no es seguro y que pudiera lesionar a alguien, debe informarlo a su supervisor o empleador. También es una buena idea avisarle a su representante de salud y seguridad o al comité conjunto de salud y seguridad, si existe. Pero si su empleador o supervisor no resuelven el problema, puede llamar al ministerio de Trabajo. **La labor del ministerio es ayudar a prevenir lesiones y enfermedades laborales al hacer cumplir la OHSA.** El ministerio quiere saber si existen problemas que no están siendo solucionados.

Los inspectores del ministerio de Trabajo no pueden estar en todos los lugares de trabajo en todo momento. Pero el ministerio quiere estar al tanto si existe algún problema que no se ha resuelto en Ontario. Tiene un número de teléfono gratuito que usted puede usar para llamar. Al llamar a ese número, se conectará con el Centro de contacto sobre salud y seguridad (Health and Safety Contact Centre) que recibe llamados las 24 horas del día, los siete días de la semana. Si no quiere dar su nombre cuando llame al Centro de contacto sobre salud y seguridad, no está obligado a hacerlo. Este es el número:

1-877-202-0008

¿Recuerda que antes mencionamos algo sobre represalias? Está prohibido por ley que un empleador o supervisor despidan o castiguen a un trabajador si hace lo que la OHSA espera de él o si le pidió al empleador o supervisor que hagan lo que la OHSA espera de ellos. También violan la ley si el empleador o supervisor *amenazan* a un empleado con despedirlo o castigarlo por cosas como las mencionadas. La OHSA es muy clara en este respecto.

Si siente que su empleador está tomando medidas en su contra por expresar su preocupación por la salud o la seguridad, puede discutir esto con un funcionario del sindicato si usted está afiliado o presentar una queja ante la Junta de Relaciones Laborales de Ontario (Ontario Labour Relations Board). Si no está seguro sobre qué hacer, puede llamar al número gratuito de ministerio e informarse. **La Oficina de Asesoramiento al Trabajador (Office of the Worker Adviser) también le ofrece asesoramiento gratuito y representación a trabajadores no afiliados a un sindicato que se encuentran en esta situación.** Puede llamarlos a su número gratuito para obtener ayuda: 1-855-659-7744.

El derecho de negarse a hacer trabajo inseguro

Si tiene razones para pensar que el trabajo que está haciendo o que el equipo que está usando puede lastimarlo a usted o a alguien que trabaja con usted, puede negarse a hacer ese trabajo. Esto significa que le puede decir a su empleador o supervisor (y al comité o al representante de salud y seguridad) que piensa que está en una situación de peligro y que no va a hacer el trabajo. Tiene que decirles porqué.

Todos los trabajadores tienen derecho a negarse a realizar un trabajo si tienen razones para creer que corren un peligro.

Es importante saber que también puede negarse a trabajar si tiene razones para creer que el área donde trabaja puede hacer que usted u otras personas corran un peligro o que corre el riesgo de ser víctima de violencia en el trabajo.

Debe informar la situación a su supervisor o empleador y también debe contactar al comité o representante de salud y seguridad. En la mayoría de los casos, su supervisor o empleador y el representante o comité de salud y seguridad podrán resolver el problema. Si no se resuelve o todavía tiene razones para pensar que el trabajo es inseguro, puede continuar rehusándose a trabajar. Se llamará a un inspector del ministerio de Trabajo para investigar el asunto.

Algunos trabajadores, como los enfermeros, bomberos u oficiales de policía, no pueden negarse a trabajar si el peligro es una parte normal del trabajo

o si el negarse a trabajar pondría a otra persona en peligro. Hable con su sindicato, otros representantes en su lugar de trabajo, su supervisor o empleador si piensa que su derecho de negarse a trabajar puede estar limitado por el tipo de trabajo que realiza.

Más información y recursos

Ontario cuenta con un “sistema” de salud y seguridad que incluye las siguientes partes asociadas:

- **Ministerio de Trabajo (Ministry of Labour)**
Desarrolla, comunica y hace cumplir los requerimientos en materia de salud y seguridad ocupacional y las normas de trabajo. Desarrolla, coordina e implementa estrategias para prevenir lesiones y enfermedades en el lugar de trabajo y puede establecer normas para el entrenamiento en salud y seguridad.
1-877-202-0008
www.labour.gov.on.ca
- **Centro de Salud y Seguridad para Trabajadores (Workers Health & Safety Centre)**
Un centro de capacitación en salud y seguridad ocupacional para trabajadores, representantes y empleadores.
1-888-869-7950
www.whsc.on.ca
- **Consultorios Médicos de Salud Ocupacional para Trabajadores de Ontario (Occupational Health Clinics for Ontario Workers)**
Seis clínicas médicas ubicadas en Ontario que ofrecen información y servicios de salud ocupacional.
1-877-817-0336
www.ohcow.on.ca

➤ Salud y Seguridad Ontario (Health & Safety Ontario)

Cuatro asociaciones de salud y de seguridad que ofrecen asesoramiento, capacitación, productos y servicios específicos. www.healthandsafetyontario.ca

- **Asociación de Salud y Seguridad en Infraestructura (Infrastructure Health and Safety Association):** atiende a los sectores del transporte, la construcción y la electricidad.
1-800-263-5024
- **Asociación de Salud y Seguridad en Servicios Públicos (Public Services Health and Safety Association):** atiende a los sectores municipales y de la salud y la educación. 1-877-250-7444
- **Seguridad en el Trabajo Norte (Workplace Safety North):** atiende a los sectores de la minería, pasta y papel e ingeniería forestal.
1-888-730-7821
- **Servicios de Prevención y Seguridad en el Trabajo (Workplace Safety and Prevention Services):** atiende a los sectores de la industria, la agricultura y los servicios. 1-877-494-9777

➤ Junta de Seguros y Seguridad en el Trabajo (Workplace Safety and Insurance Board)

Administra el seguro ocupacional de responsabilidad objetiva (sin culpa) de Ontario para los empleadores y sus trabajadores.
1-800-387-0750 www.wsib.on.ca

El sistema existe para atender a todos en el lugar de trabajo: empleadores, supervisores y trabajadores.

Otro lugar al que puede acudir para obtener información es el Centro Canadiense para la Salud y Seguridad Ocupacional (Canadian Centre for Occupational Health and Safety). En su sitio web puede encontrar información y folletos. Si tiene dificultad para obtener información, pregunte por teléfono al 1-800-668-4284 o a través de su sitio web www.ccohs.ca.

“Aquí comienza la prevención”, pero no termina aquí.

Para ayudarlo a comprender cómo funciona el sistema de salud y seguridad ocupacional en Ontario con el fin de colaborar en la creación de lugares de trabajo más saludables y seguros, intente unir la siguiente lista de organizaciones con su objetivo. (Las respuestas están al final del cuadernillo, pero no las mire antes de tiempo.)

ORGANIZACIÓN

- A. Ministerio de Trabajo
- B. Salud y Seguridad Ontario
- C. Junta de Seguros y Seguridad en el Trabajo
- D. Centro de Salud y Seguridad para Trabajadores
- E. Consultorios Médicos de Salud Ocupacional para Trabajadores de Ontario

OBJETIVO

- __ Capacitación en salud y seguridad
- __ Hace cumplir la OHSA
- __ Consultorios médicos para trabajadores enfermos o lesionados
- __ Prestaciones de seguro para trabajadores lesionados o enfermos.
- B** Servicios, productos, capacitación y asesoramiento sobre salud y seguridad ocupacional

➤ Cuestionario sobre el paso 4

A continuación hay un breve cuestionario sobre lo que cubrimos en el paso 4. (Las respuestas están al final del cuadernillo, pero no las mire antes de tiempo.)

1. Si informa una situación peligrosa a su supervisor y al representante de salud y seguridad y no pueden encontrar una manera de solucionar la situación, puede llamar al número gratuito del ministerio de Trabajo para obtener ayuda.
Sí No
2. Si tiene razones para creer que el equipo que está usando lo puede lesionar o puede lesionar a alguien que trabaja con usted, tiene derecho a negarse a trabajar.
Sí No
3. Algunos trabajadores, como las enfermeras, los bomberos y los oficiales de policía, tienen un derecho limitado para negarse a trabajar.
Sí No
4. Está prohibido por ley que su empleador o supervisor lo despidan o castiguen por hacer lo que la OHSA espera de usted o por pedirles que haga lo que la OHSA espera de ellos.
Sí No

¿Qué sucede a partir de ahora?

Ahora que ha terminado este programa general de sensibilización, está listo para que su empleador y supervisor le den información y capacitación más específicas según lo requerido por la OHSA. Debe enterarse de las siguientes cuestiones:

- ✓ Peligros específicos en su lugar de trabajo.
- ✓ El procedimiento que debe seguir al informar lesiones, incidentes y preocupaciones sobre salud y seguridad.
- ✓ El equipo de protección que debe usar.
- ✓ Dónde se encuentra publicada la política de salud y seguridad de su empresa (en lugares de trabajo con más de 5 trabajadores).
- ✓ Dónde se encuentra la estación de primeros auxilios y el nombre de los prestadores calificados para la atención de primeros auxilios.
- ✓ El plan de emergencia de la compañía.
- ✓ La información sobre materiales peligrosos en su lugar de trabajo.
- ✓ La política de prevención de la violencia y el acoso en el lugar de trabajo.
- ✓ Donde está colocada públicamente una copia de la OHSA.
- ✓ Donde se encuentran publicados los nombres de los miembros del comité conjunto de salud y seguridad.

Esperamos que este programa haya sido de utilidad y que use la información obtenida en su trabajo diario. Conocer sus derechos y obligaciones en relación con la salud y la seguridad, y las obligaciones de su supervisor y empleador es un primer paso importante para estar seguro en el trabajo.

Recuerde que cuando se trata de su salud y seguridad no hay preguntas tontas. Esa pregunta le podría salvar la vida, así que pregunte.

Respuestas a los cuestionarios

Cuestionario sobre el paso 1

1. Sí
2. No. Los nuevos trabajadores son los que tienen más posibilidades de lastimarse.
3. Sí
4. Sí
5. Sí

Cuestionario sobre el paso 2

1. Sí. La ley dice que el empleador y el supervisor tienen la obligación de informarle sobre los peligros en el lugar de trabajo.
2. No. Algunos peligros pueden enfermarlo de inmediato, mientras que otros podrían enfermarlo después de meses o incluso años.
3. No. Necesita conocer todos los peligros antes de comenzar a trabajar.
4. No. Necesita hablar con su supervisor o empleador sobre sus dudas.
5. Sí

Cuestionario sobre el paso 3

1. Sí.
2. Sí.
3. No. Debe preguntarle a su supervisor en qué lugar público se ha colocado la información.
4. Sí.
5. No. Todos los trabajadores deben dar un buen ejemplo y seguir la ley y los procedimientos de seguridad.

Cuestionario sobre el paso 4.

1. Sí.
2. Sí.
3. Sí.
4. Sí.

El sistema de salud y seguridad de Ontario

ORGANIZACIÓN

- A.** Ministerio de Trabajo
- B.** Salud y Seguridad Ontario
- C.** Junta de Seguros y Seguridad en el Trabajo
- D.** Centro de Salud y Seguridad para Trabajadores
- E.** Consultorios Médicos de Salud Ocupacional para Trabajadores de Ontario

OBJETIVO

- D.** Capacitación en salud y seguridad
- A.** Hace cumplir la OHSA
- E.** Consultorios médicos para trabajadores enfermos o lesionados
- C.** Prestaciones de seguro para trabajadores lesionados o enfermos
- B.** Servicios, productos, capacitación y asesoramiento sobre salud y seguridad ocupacional

Comuníquese con el Ministerio de Trabajo llamando al **1-877-202-0008**

En cualquier momento denuncie lesiones graves, fatalidades, denegaciones de trabajo.

Para obtener información sobre la salud y la seguridad en el lugar de trabajo, comuníquese de lunes a viernes de 8.30 a. m. a 5.00 p. m.

¿Emergencia? Siempre llame al 911 de inmediato.

Si desea más información, visite:
www.ontario.ca/healthandsafetyatwork