

Trabajadores sanos y salvos usando la higiene industrial

Al incorporar **los principios de higiene industrial** en las primeras etapas del proceso de planificación y ser capaz de reconocer los posibles problemas antes de que se agraven. **También podrás garantizar la salud y la seguridad de tus trabajadores y, de esta manera, gestionarás la exposición de tu empresa ante posibles riesgos y responsabilidades.**

Las organizaciones son responsables de la salud y la seguridad general de los trabajadores que emplean, desde los trabajadores de los almacenes hasta la suite ejecutiva de sus escritorios.

Mantener a los empleados seguros y saludables requiere conocimientos de higiene a nivel industrial. Esta es la ciencia dedicada a la anticipación, el reconocimiento, la evaluación, la comunicación y el control de los factores estresantes del entorno, en el lugar de trabajo.

Estos pueden dar lugar a lesiones, enfermedades, e impedimentos, o afectar de otro modo al bienestar de los trabajadores y los miembros de la comunidad.

Importancia de conocer y aplicar la higiene empresarial con personal capacitado

Dado que los higienistas industriales están capacitados para evaluar las preocupaciones en materia de seguridad y encontrar soluciones a los [problemas](#). **Es importante que los administradores a todos los niveles, y en todas las funciones, sean capaces de trabajar eficazmente con los higienistas industriales, y a su vez, puedan dirigirlos.**



Comprensión de posibles problemas de salud

Tanto si tienes un higienista industrial en tu equipo, como si tienes que contratar a una empresa externa para una evaluación, el hecho de poder hablar el idioma de los higienistas industriales te permitirá tener una comprensión más profunda de los posibles problemas de salud y seguridad.

Asegurar que se implemente cualquier plan de acción

Además, una vez que un higienista industrial haya recomendado un curso de acción para corregir cualquier problema real o potencial, serás el responsable de asegurar que se implementen en su lugar de trabajo.

Trabajo en equipo junto a los higienistas industriales

Los gerentes de todas las funciones deben ser capaces de trabajar eficazmente con los higienistas industriales.

Aunque no trabajes directamente con un higienista industrial, entender sus principios puede ayudarte a solucionar eficazmente **las preocupaciones de salud y seguridad de la higiene industrial, como la ergonomía, en el diseño y la gestión de tu empresa.**

Garantizar la salud y la seguridad

Al incorporar estos principios en una etapa temprana del proceso de planificación y ser capaz de reconocer los posibles problemas antes de que se agraven, **ayudarás a garantizar la salud y la seguridad de tus trabajadores, y a gestionar la exposición de tu empresa a [posibles riesgos](#) y responsabilidades.**

Componentes clave de la higiene industrial

La higiene industrial abarca una amplia gama de temas de salud y seguridad en el lugar de trabajo.

Como gerente, deberías estar familiarizado con los fundamentos de la mayoría de ellos. Aquí están algunos, aunque no todos, de los componentes clave de la higiene industrial.

La ergonomía

El objetivo de la ergonomía (el estudio de las personas en el trabajo), es reducir el estrés y eliminar las lesiones asociadas con la mala postura, el uso excesivo de los músculos y las tareas repetidas.

Por ejemplo, una ergonomía adecuada puede ayudar a prevenir el síndrome del túnel carpiano, la tendinitis y las lesiones en la parte baja de la espalda.

Involucrar a todos los trabajadores

Al realizar una intervención de ergonomía, es importante involucrar a los trabajadores en el proceso, para asegurar que las tareas se ajusten al trabajador, **y a su vez, que los empleados estén debidamente capacitados en aspectos como la forma de levantar las cajas correctamente.**



Soluciones para mejorar la ergonomía

La ergonomía puede mejorarse mediante soluciones como el cambio de las sillas o los teclados que utilizan los trabajadores de la oficina, la introducción de herramientas para reducir las tareas repetitivas o la limitación del tiempo en determinados trabajos.

Método para [limpiar plata con soda y papel de aluminio](#)

El ruido

La exposición a largo plazo al ruido, tanto el sonido deseado como el no deseado, puede provocar la pérdida de audición de los trabajadores.

¿Cómo abordar problemas con el ruido?

Los temas relacionados con el ruido pueden abordarse de varias maneras:

- Incluyendo el diseño de una instalación para minimizar el ruido
- Separando a los trabajadores de la maquinaria ruidosa, en la medida de lo posible
- Utilizando dispositivos, como orejeras o tapones para los oídos, para proteger a los trabajadores.

La temperatura

Tanto las temperaturas altas como las bajas pueden causar problemas a los trabajadores. Se debe permitir que los trabajadores se adapten lentamente al calor (aclimatación) y que beban pequeñas cantidades de agua con frecuencia, y se debe enfriar el aire siempre que sea posible.

Por otra parte, la exposición prolongada a bajas temperaturas puede provocar hipotermia o congelación, **por lo que en este caso se debería permitir a los trabajadores llevar ropa de abrigo y tomar descansos en temperaturas más cálidas cuando sea posible.**

Todo esto en función de preservar la comodidad y la seguridad de los empleados en la empresa.