

# Salud y seguridad en el trabajo: de la palmicultura



¡POR UN TRABAJO  
DECENTE!



# Salud y seguridad en el trabajo: de la palmiticultura



¡POR UN TRABAJO  
DECENTE!

Salud y seguridad en el  
trabajo de la Palmicultura  
¡Por un trabajo decente!

Una publicación de la  
Escuela Nacional Sindical.

Teléfono: (57 4) 513 31 00  
Fax: (57 4) 512 23 30  
www.ens.org.co  
comunicaciones@ens.org.co  
Medellín-Colombia, 2020.

**Dirección pedagógica y metodológica:**  
Giancarlos Delgado

**Investigadores:**  
Giancarlos Delgado  
Laura Cartagena  
Jorge Martínez

**Coordinación editorial:**  
Mayra Alejandra Restrepo

**Director Escuela Nacional Sindical:**  
Carlos Julio Díaz Lotero

**Adaptación y desarrollo creativo:**  
Corporación Lluvia de Orión  
www.luviadeorion.com

**Ilustraciones:**  
Róbinson Úsuga Henao

Apoyo técnico:  
**Corporación  
Justicia y Libertad**





# Contenido

Presentación..... **4**

Matriz laboral y riesgos en el proceso productivo de la palma de aceite..... **7**

Tabla Matriz laboral y riesgos en el proceso productivo de la palma de aceite..... **12**

Trabajadores de la palma de aceite ante el Covid-19..... **14**

Programas de preparación y respuesta ante el Covid-19 bajo el Ciclo PHVA..... **17**

Medidas que debe adoptar la empresa para la prevención y control del Covid-19 por la exposición ocupacional..... **19**

Salud y seguridad en el trabajo de la Agroindustria de Palma de Aceite en Colombia desde la perspectiva del trabajo decente..... **21**

Otros riesgos que se presentan en el mundo laboral y cómo prevenirlos..... **27**

# Presentación

**Colombia es el cuarto productor mundial de aceite de palma y el primero de América.**

En nuestro país la producción se centra en los departamentos de Cesar, Meta y Santander, los cuales concentran alrededor del 70% de los empleos directos e indirectos de esta industria, sumando alrededor de 93.372 empleos directos e indirectos. Según Fedepalma, desde el inicio de la producción, en los años 60, hasta la actualidad, los municipios destacados en producción son San Martín (Cesar), San Alberto (Cesar), Acacías (Meta), Cumaral (Meta) y Puerto Wilches (Santander)

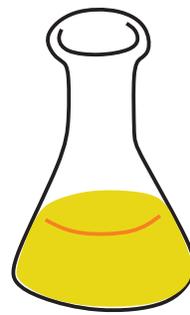
En Colombia son escasas las investigaciones sobre los cambios en los sistemas de producción agrícola o las modalidades del trabajo en el sector rural y los efectos en la salud de los trabajadores del agro. Por eso el fin de esta cartilla es dar a conocer los problemas sanitarios, efectos agrotóxicos y riesgos de seguridad entre las personas que prestan sus servicios en el sector de la palma de aceite.

Antes que nada, debemos tener en cuenta las siguientes consideraciones:

## HAY CAMBIOS EN LA PRODUCCIÓN:

Son los cambios fomentados por las empresas de palma en Colombia como manera de adaptación a las reestructuraciones de la economía global en el cual se realizan alianzas productivas y en las cuales todo el riesgo es asumido por los proveedores del fruto de palma.

Así mismo, el crecimiento de este sector en el país se ha dado por la intensificación del trabajo que da como resultado un deterioro en las condiciones y la calidad de bienestar de los trabajadores.



## 2 SOBRE LOS RIESGOS LABORALES:

En este trabajo se retoma los desarrollos teórico-metodológicos de la salud de los trabajadores en el que se utiliza la categoría carga en lugar de factor de riesgo. Las cargas se dividen en aquellas que tienen una materialidad externa al cuerpo (físicas, químicas, mecánicas) y aquellas que tienen únicamente una materialidad interna (fisiológicas y psíquicas). A su vez, este enfoque de la salud de los y las trabajadoras, en su aspecto metodológico, usa los planteamientos derivados del denominado modelo obrero italiano, en el cual se reconoce al trabajador y trabajadora como sujetos productores de conocimiento desde sus experticias, razón por la cual en los procesos de investigación de las relaciones entre los procesos productivos y los efectos en la salud, se acude a metodologías participativas donde se recoge la voz y análisis de los y las trabajadoras.



### 3 POR UN TRABAJO DECENTE Y SALUDABLE:

En esta cartilla se toma como base que un trabajo decente es un trabajo saludable. En los últimos años se han propuesto varios modelos para medir las condiciones de trabajo potencialmente estresantes como exigencia psicológica y grado de control; equilibrio esfuerzo-recompensa y justicia organizacional. Muy cerca de estos, La Escala de Precariedad del Empleo plantea seis dimensiones que incluyen: "temporalidad", "desempoderamiento", "vulnerabilidad", "salarios", "derechos" y "ejercicio de los derechos". En este trabajo a estas categorías se suman indicadores de trabajo decente como intensidad, inclusión, diversidad y equidad, autonomía, libertad sindical y posibilidad de negociación colectiva.



Para la metodología de este trabajo se involucró a los propios agentes sociales en todas las fases de la investigación, iniciando con un taller piloto en que se identificaron síntomas y enfermedades como: trastornos osteomusculares, trastornos del sueño, disminución de la capacidad auditiva, fatiga, estrés, hongos, alergias, problemas respiratorios, entre otros.

Con esa evaluación preliminar se establecieron tres fases en las que se tuvo la participación activa de los dirigentes sindicales y los trabajadores, dejando claro que la participación era voluntaria y de manera anónima. Estas tres fases fueron: primer, autodiagnóstico y reflexión participativa del problema; segunda sistematización, contrastación y priorización de los problemas; y tercera, elaboración de conclusiones, recomendaciones, estrategias y futuros proyectos.

En el desarrollo de la investigación se tienen en cuenta las "cargas laborales" y el efecto de estas en el cuerpo de los y las trabajadoras. Según los trabajadores de palma las cargas físicas predominan en su labor diaria, seguidas de las cargas química, fisiológicas y psíquicas.

Durante las entrevistas se pudo determinar que uno de los riesgos más comunes entre los y las trabajadoras es la exposición a las altas temperaturas que generan incomodidad y falta de confort. Por otro lado, también se exponen a cargas físicas de ruido y vibración

En cuanto a las cargas químicas se destacan el contacto directo con productos aplicados a los cultivos como plaguicidas y según los mismos trabajadores las empresas subestiman estos riesgos, ignoran sus efectos o manipulan los resultados.

Respecto a las cargas fisiológicas se asocia la postura, los esfuerzos por movimientos repetitivos o la manipulación manual de cargas en los que se destacan: la subida y bajada continua de escaleras, la desgastante repetición de movimientos de corte y torsiones del tronco continuas para recoger los frutos.

Las cargas psíquicas son asociadas con largas jornadas de trabajo. En especial se destacan, en las diferentes entrevistas, la arbitrariedad de los indicadores de productividad y la falta de parámetros técnicos y ergonómicos claros. Del mismo modo, los y las trabajadoras asocian este tipo de cargas con acoso laboral, acoso sexual, exceso de responsabilidades, persecución sindical y deudas con la empresa.

La libertad sindical constituye un antídoto para la subcarga psíquica; no obstante, todas las personas entrevistadas sostienen que en las regiones palmeras existe una fuerte persecución sindical.

En otras palabras, los y las trabajadoras entrevistados perciben que las cargas físicas, químicas, fisiológicas y psíquicas son las más comunes en su oficio.

Por otro lado, en los oficios del campo son prevalentes los problemas osteomusculares, dermatológicos y psicosociales; mientras que en la planta extractora se presentan los mismos problemas, además de las enfermedades respiratorias. Es preciso anotar que en ambas áreas sobresalen los problemas osteomusculares, pero se debe tener en cuenta que muchos de los y las trabajadoras en planta laboraron, durante muchos años, en campo, algo que puede explicar la prevalencia de problemas osteomusculares.

La siguiente sección de este análisis busca examinar las consecuencias del régimen laboral de la palma y la organización del proceso productivo en la salud de los y las trabajadoras de la industria de palma en Colombia. En este sentido es necesario destacar que el proceso de recolección se realiza principalmente de manera manual, a diferencia de otras industrias en las que los procesos de recolección están mecanizados. Con este modelo la población involucrada concluye que en Colombia la extracción de aceite de palma está orientada al uso intensivo de la mano de obra durante la jornada laboral.

Lo anterior se puede evidenciar en las remuneraciones económicas en esta industria. El término conocido como pago a destajo es un contrato en el que los y las trabajadoras reciben un salario basado en la cantidad de kilos de frutos recolectados o por el número de palmas podadas y una vez superada la cantidad mínima exigida, el mismo recibe una bonificación o incentivo por los kilos/toneladas adicionales que logre recoger.

Otro aspecto importante que surgió de las entrevistas realizadas determinó que los intentos de mecanización de las actividades de campo y el uso de herramientas o equipos de protección han disminuido las posibilidades de sufrir accidentes de trabajo, sin embargo, estas implementaciones también han traído consigo afectaciones físicas debido al aumento de la productividad y su consiguiente desgaste físico.

Relacionado con las cargas psíquicas, durante las entrevistas y sesiones realizadas en esta investigación se pudo encontrar que algunos trabajadores y trabajadoras han sido sometidos a tanto agotamiento y ansiedad laboral que tan tenido que iniciar tratamiento “psiquiátrico”. Aspectos como el esquema de pago a destajo, las modalidades de empleo, la inestabilidad laboral y de contratación; hacen que los y las trabajadoras sucumban ante las expresiones de poder de los empleadores de a cargo.

En resumen, la salud de los y las trabajadoras de la palma se está afectando fuertemente, por la organización del trabajo, la remuneración y la tercerización laboral, todas ellas manifestaciones del deseo empresarial de aumentar la competitividad de la industria palmera frente a los gigantes de este negocio (Indonesia y Malasia).

# Matriz Salud Laboral

## y riesgos en el proceso productivo de la Palma de Aceite

La Constitución Política de Colombia en su artículo 25 define que *"El trabajo es un derecho y una obligación social y goza, en todas sus modalidades, de la especial protección del Estado. Toda persona tiene derecho a un trabajo en condiciones dignas y justas"*...

En este sentido, la cartilla que hoy llega a usted como trabajador o trabajadora busca, además de brindar información práctica y de interés en temas de las condiciones de trabajo, entregar herramientas prácticas...

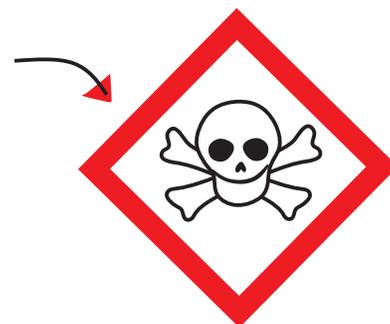
Pero este ideal riñe con las condiciones laborales actuales, más aún, cuando éste se lleva a revisión a un espacio local laboral como el de la agroindustria palmera.



Desde este sector en específico se generan muchos interrogantes a dicho derecho que dejan entrever una paradoja entre las circunstancias reales de la vida de las y los trabajadores y la idea abstracta que consigna la carta magna, sobre todo, en la amplitud de lo que significa el deber ser frente a lo que realmente son las actuales condiciones del trabajo de esta población.

Para que sean implementadas individual o colectivamente y permitan coadyuvar en la identificación de los riesgos a la salud y la seguridad a los que están expuestos las trabajadoras y los trabajadores en cada uno de los procesos que se vinculan a la cadena agrícola e industrial de la palma de aceite.

Una de las tantas contradicciones o vulneraciones que no permiten tener el goce efectivo de este derecho, puede identificarse en lo que atañe a la salud laboral y los riesgos a los que están sometidos los hombres y las mujeres que están vinculados en toda la cadena de valor de la agroindustria de la palma de aceite.





La matriz de *salud laboral y riesgos en el proceso agrícola y productivo de la palma de aceite* te permitirá como trabajadora o trabajador identificar según el proceso en el que te desempeñas los posibles riesgos o, en su defecto, alteraciones o afectaciones que se han manifestado en ocurrencia de la actividad laboral a cargo.

Para ello es necesario que tengas en cuenta: en qué parte del proceso o eslabón de la cadena donde tú trabajas se identifica el riesgo, qué tipo de riesgo es, dónde se produce, qué lo causa, qué consecuencias genera en el cuerpo físico o mental y con qué frecuencia se repite en relación a la población que hace esa actividad.

El valor o utilidad de esta matriz está en que cómo trabajadoras y trabajadores haya una concientización sobre la importancia del cuidado, individual y colectivo, de la salud y la seguridad en el trabajo, condiciones básicas para la garantía del trabajo decente y de fortalecer una cultura de la prevención en las prácticas y acciones vinculadas al ejercicio del trabajo.

## ¿QUÉ ES LA MATRIZ DE SALUD LABORAL Y RIEGOS?

Es un instrumento que busca identificar, describir y analizar, según el oficio o la labor que realiza la trabajadora o el trabajador, los riesgos a los que está expuesto y afectan su salud y seguridad en el trabajo.



## ¿CÓMO SE USA?

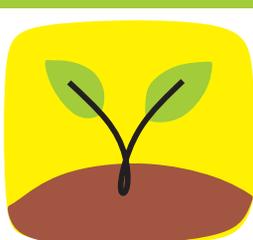
La Matriz se recomienda diligenciarse identificando cada uno de los puestos de trabajo y funciones llevadas a cabo desde el momento de la siembra de la semilla de palma en el vivero hasta, ambiciosamente, la distribución nacional e internacional con la carga en puerto. Metodológicamente debe completarse desde el primer campo de la izquierda de caracterización hasta los campos más extremos de la derecha que comprenden más el análisis y evaluación del riesgo.



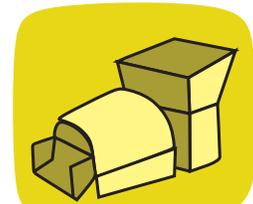


Reflexiona sobre las siguientes preguntas y respuestas...

¿EN QUÉ PARTE DEL PROCESO O ESLABÓN DE LA CADENA DONDE TÚ TRABAJAS SE IDENTIFICA EL RIESGO?



¿En el proceso agrícola?



¿O en el proceso industrial (planta extractora)?

¿QUÉ TIPO DE RIESGO ES?

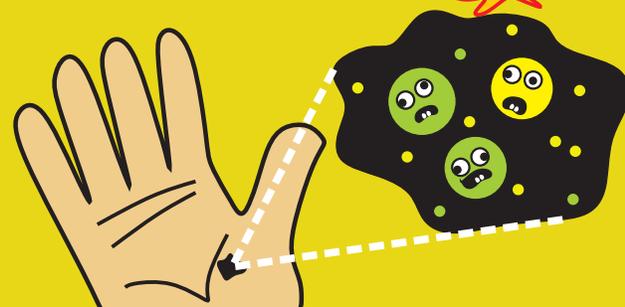
AMBIENTAL

Se produce por condiciones ambientales que pueden causar efectos adversos en términos de intensidad, exposición o concentración de éstos, por ejemplo, espacio de trabajo con ruido permanente y alto, exposición a temperaturas altas o bajas, rayos UV, iluminación inadecuada, vibraciones constantes.



BIOLÓGICO:

Contacto físico con bacterias, hongos, gusanos, parásitos o virus que pueden estar en los lugares de trabajo, por ejemplo, en las plantaciones



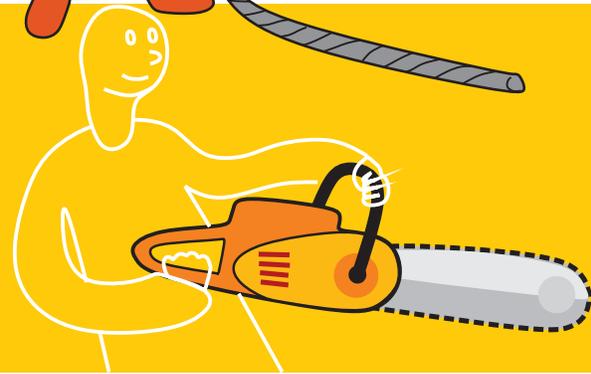
## ERGONÓMICO

Posturas incómodas o inadecuadas, cargas con pesos que rebasen lo sugerido, sobreesfuerzos en el uso de máquinas o herramientas o movimientos repetitivos que pueden llevar a dolor en cuello, espalda, columna, pies o brazos.



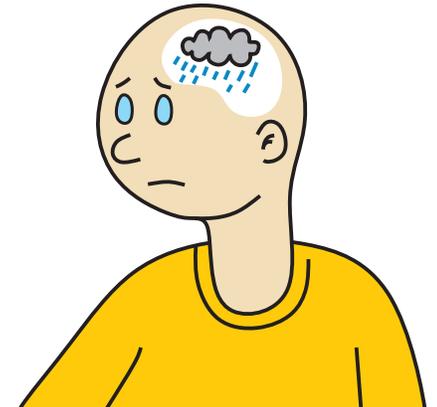
## FÍSICO:

La manipulación de equipos o herramientas cortopunzantes sean eléctricas o manuales, caídas por desnivelación de pisos, terrenos resbalosos o inundados. Enfermedades urinarias por la ausencia de baños públicos cercanos al lugar donde se lleva a cabo la labor, deshidratación por carencia de dispensadores de agua cuando se está expuesto a temperaturas altas o rayos solares.



## PSICOSOCIAL:

Se refiere a cambios psicológicos en el comportamiento del trabajador o trabajadora que pueden afectar lo emocional, lo intelectual o lo social. Estos pueden presentarse por asuntos como: acoso laboral o sexual, sobrecarga laboral, monotonía en las tareas de desempeño, conflictos interpersonales, jornadas laborales extensas y extenuantes o violencia laboral que lleven a síntomas de estrés, ansiedad, depresión, problemas de sueño, cambios en el metabolismo.



## QUÍMICO:

Manipulación de sustancias químicas o biológicas que pueden ser absorbidas por inhalación, ingestión o absorción, por ejemplo, gases, polvos, vapores o aspersión de químicos tóxicos que producen alergia o irritación.



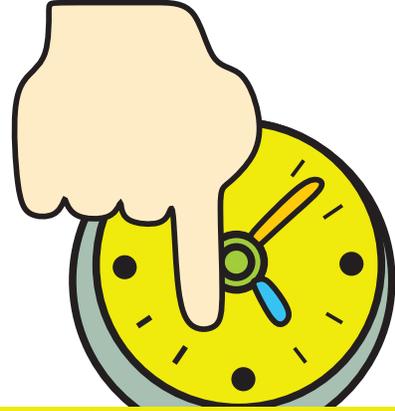
## ¿DÓNDE SE PRODUCE?

En qué lugar del proceso de la cadena se producen de acuerdo al oficio realizado, sean estos del trabajo agrícola (vivero, siembra, mantenimiento, polinización, sanidad vegetal, soporte, fertilización o cosecha) o del trabajo en la planta de producción donde se lleva a cabo el procesamiento y extracción del aceite (recepción, tolva, esterilización, grúa de volteo, prensa, caldera, clarificación, planta de nueces, trituración, posos florentinos, planta de agua, secado, almacenamiento, carga y distribución).

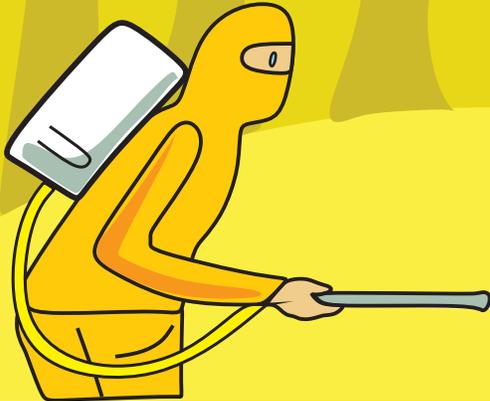


## ¿CUÁNDO SE PRODUCE?

Si se identificó dónde, en este caso, es hacer la precisión del momento exacto en que existe el riesgo o se da el accidente.



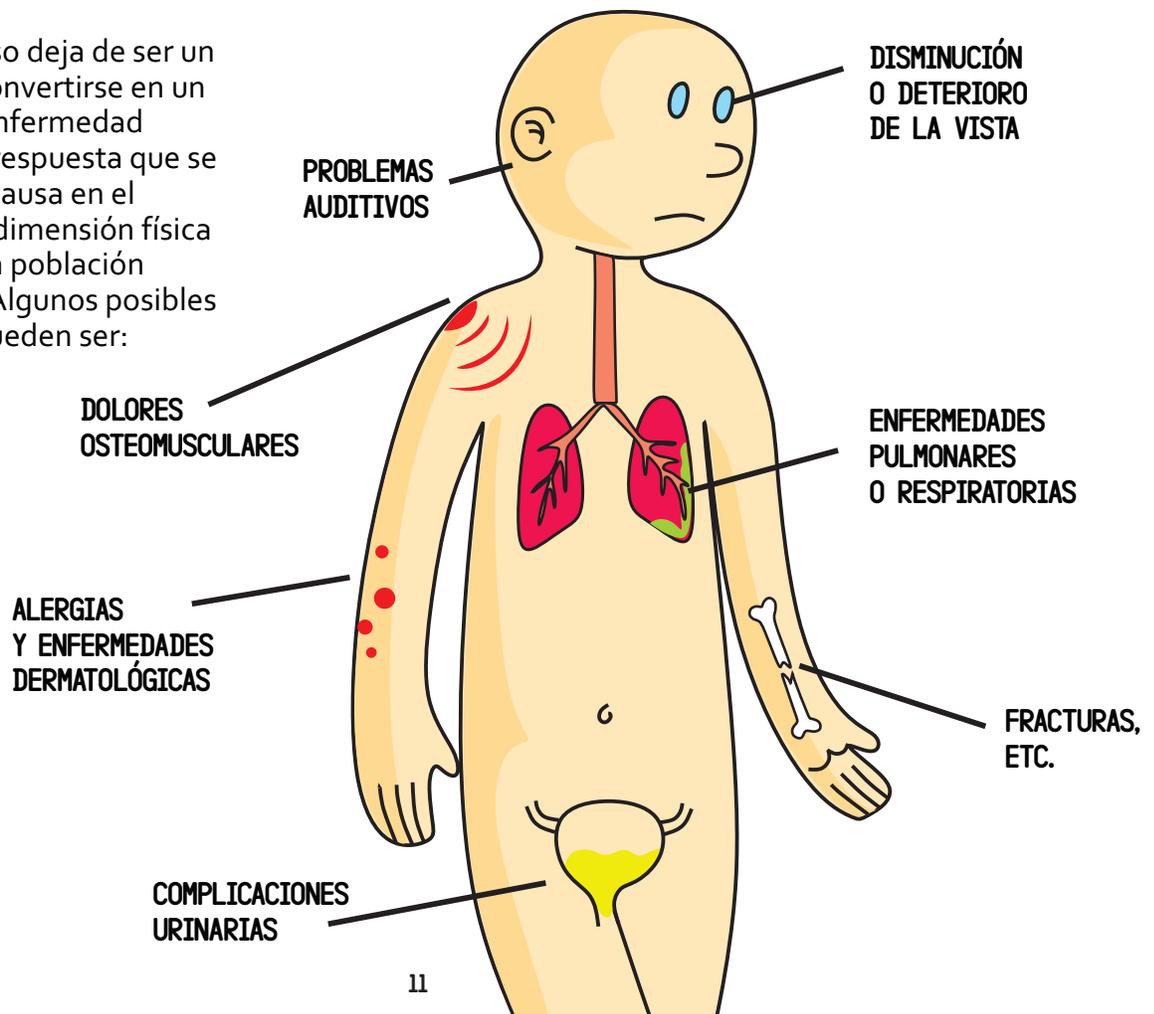
## ¿QUÉ CAUSA LA EXPOSICIÓN AL RIESGO?



Identificar los orígenes o acciones desencadenantes que generan el riesgo, como el uso de agrotóxicos (líquidos, polvos, etc.), el exceso de carga (abono, tierra, plantas, etc.), la posición del cuerpo por periodos largos de tiempo (largo periodo encorvado), largo periodo de exposición a la radiación ultravioleta (UV) de los rayos solares, la inhalación de gases, vapores y humos químicos o las formas de contratación (tercerización / inestabilidad laboral: bajos ingresos, pago a destajo).

## Y FINALMENTE... ¿CUALES SON LAS CONSECUENCIAS?

Ya en este caso deja de ser un riesgo para convertirse en un accidente o enfermedad laboral, es la respuesta que se genera de la causa en el cuerpo en su dimensión física y mental de la población trabajadora. Algunos posibles desenlaces pueden ser:



- **Objetivo:** Identificar los riesgos de la salud y seguridad de las y los trabajadores asociados al proceso productivo y sus diferentes actividades de la agroindustria de la palma de aceite
- **Alcance:** El alcance del objetivo comprende realizar un diagnóstico de la situación actual de las y los trabajadores

		IDENTIFICACIÓN DEL RIESGO			
Eslabón de la cadena de suministro	Actividad	Tipo de riesgo	¿Dónde se produce?	¿Cuándo se produce?	Causa
Identificar el eslabón: 1. Proceso agrícola de la palma de aceite 2. Proceso productivo en la planta extractora del aceite y la torta de palmiste de la palma de aceite.	Identificar a que actividad se refiere: 1. Cultivo 2. Cosecha 3. Extracción 4. Mixto	Identificar según el riesgo: 1. Ergonómicos 2. Químicos 3. Físicos 4. Biológicos 5. Psicosociales 6. Ambientales	Identificar el lugar donde se produce el riesgo: 1. Vivero. 2. Cultivo. 3. Área sembrada. 4. Planta de beneficio. 5. Proceso agrícola y productivo.	Identificar cuándo se se produce el riesgo de acuerdo a las actividades de los procesos agrícola o productivo: 1. Plantación de semilla 2. Mantenimiento 3. Limpieza, desmonte, preparación de extensión de tierra para la siembra 4. Plantación en campo 5. Corte y recolección de fruto 6. Durante los procesos de recolección de fruto, mantenimiento y polinización 7. Recepción de racimos de fruto fresco 8. Uso de: tolva, gruas de volteo de prensa, prensa, caldera o trituración 9. Permanencia en el cuarto de control 10. Acoso laboral 11. Acoso sexual	Identificar los orígenes o acciones desencadenantes que generan el riesgo, por ejemplo, se han identificado: * Uso de agrotóxicos (líquidos, polvos, etc) * Exceso de carga (abono, tierra, plantas, etc.) * Posición del cuerpo por periodos largos de tiempo (largo periodo encorvado). * Largo periodo de exposición a la radiación ultravioleta (UV) de los rayos solares. * Inhalación de gases, vapores y humos químicos. * Formas de contratación: tercerización / inestabilidad laboral: bajos ingresos, pago a destajo.

IDENTIFICACIÓN DEL RIESGO		ANÁLISIS DEL RIESGO		EVALUACIÓN DEL RIESGO
Consecuencia	Frecuencia / repetición (# de casos por mes)	Probabilidad (P)	Impacto / Consecuencia (I)	
La respuesta que se genera de la causa en el cuerpo en su dimensión física y mental de la población trabajadora.	Identificar el número de veces que el riesgo se produce en el número de trabajadoras y trabajadores en términos temporales de un lapso de 30 días.	5. Muy probable 4. Probable 3. Factible / moderado 2. Remoto / improbable 1. Poco frecuente / No ocurre	5. Muy grave / catastróficas 4. Grave / Importantes 3. Medio / Moderadas 2. Bajo / Poco importantes 1. Insignificante	5. Muy grave / catastróficas 4. Grave / Importantes 3. Medio / Moderadas 2. Bajo / Poco importantes 1. Insignificante
		<p>El análisis del riesgo se lleva luego de identificar los elementos generadores del mismo, tiene dos variables que cuantifican la probabilidad de ocurrencia y el impacto que tiene:</p> <p><b>(P) Probabilidad: es una calificación de 1 a 5 de ocurrencia:</b> 5) Muy probable: el riesgo sucede habitualmente; 4) Probable: probablemente suceda, pero no de manera constante; 3) Factible / moderado: cabría esperar que suceda una vez al año; 2) Remoto / improbable: es posible, pero no se prevé que suceda; 1) Poco frecuente / No ocurre: ha sucedido rara vez o nunca</p> <p><b>(I) Impacto: se mide también de 1 a 5 y busca identificar las consecuencias de los riesgos en la salud de las y los trabajadores:</b> 5) Muy grave / catastróficas: potencialmente mortales; 4) Grave / Importantes: lesiones o enfermedades que provocan discapacidad; 3) Medio / Moderadas: lesiones o enfermedades semipermanentes; 2) Bajo / Poco importantes: efectos a corto plazo; 1) Insignificante: sin lesiones ni enfermedades.</p>		<p>Al determinar cuantitativamente la probabilidad y el impacto del riesgo se finaliza con la evaluación. Inicialmente se necesita calcular el nivel del riesgo que se determina con la siguiente fórmula diseñada por la ILO: <math>Riesgo = Gravedad \times Probabilidad</math>.</p> <p>cuando el riesgo tiene una calificación es igual o mayor de 15 puntos se considera que es alto, de máxima prioridad; entre 8 y 14 puntos el riesgo es moderado; entre 4 y 7 puntos el riesgo es bajo; y finalmente, entre 1 y 3 el riesgo es insignificante y no tiene prioridad.</p>

# Trabajadores de la Palma de Aceite ante el Covid19

En Colombia se ha determinado que los y las trabajadoras de la salud que resulten afectados por el coronavirus serán tipificados en la categoría de enfermedad laboral a través del Decreto 538 de 2020.

En cuanto a las demás áreas ocupacionales, como las actividades del sector de la agroindustria de la palma, no existe una conceptualización clara dentro de las categorías de enfermedad laboral o accidente de trabajo, motivo por el cual resulta idóneo establecer una serie de lineamientos para la prevención y control del COVID-19, debido a la exposición ocupacional en las actividades productivas del sector palmero.



En estos lineamientos debemos centrarnos no solo en la identificación de los hábitos de higiene personal, sino que debemos dar importancia al establecimiento de acciones de carácter organizacional o administrativo como medidas para reducir el tiempo de

exposición al peligro desde los lugares de trabajo, así como evitar el ausentismo, los cambios en los patrones de comercio e irrupciones en la cadena de suministro y entrega de artículos.

# Síntomas del Covid-19

Una vez contraída la enfermedad, los síntomas más comunes son fiebre, tos y sensación de falta de aire; en algunos casos también se presenta dolor abdominal y diarrea, sin embargo, los síntomas suelen ser leves. En los casos más graves, la infección causa neumonía, dificultad para respirar, fallos renales e incluso la muerte (Conselleria de Economía, Empleo e Industria, 2020).



Con respecto a los grupos más vulnerables se estiman las personas que padecen **enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedad pulmonar crónica y cáncer en tratamiento activo**. De igual manera, las personas con deficiencia funcional del sistema inmunitario de defensa (inmunodeficiencia), las y los mayores de 60 años y las mujeres en estado de embarazo (Presidencia de la República de Colombia, 2020).

## Peligros y riesgos del Covid-19 en el lugar de trabajo

Normalmente, el período de incubación varía

**ENTRE 2 Y 14 DÍAS,**

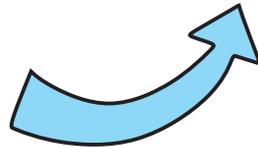
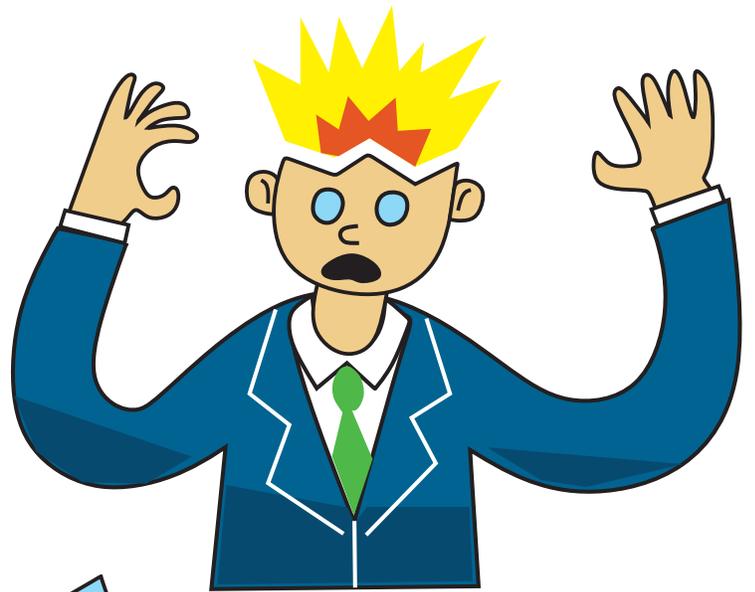
y la forma de propagación al parecer se da por el contacto estrecho con las secreciones respiratorias generadas por la tos o el estornudo de una persona contagiada, específicamente al entrar en contacto con la nariz, boca u ojos (contacto por gotas). En cuanto a la transmisión por el aire esta parece poco probable en distancias mayores a los 2 metros y realmente se da a partir de microorganismos contenidos en partículas que puedan mantenerse en suspensión en el aire en periodos prolongados.



Un último método de transmisión se da a partir del contacto directo con superficies o intermediarios inanimados (como la ropa, fómites o superficies de las instalaciones); y animados (como el personal de la salud o pacientes que hayan estado en contacto con los microorganismos). Seguros Sura, 2020.

# Factores Psicosociales

Es importante reconocer que el temor a adquirir la enfermedad del COVID-19 por sí misma ya representa una carga psicosocial en los y las trabajadoras, sumado a los cambios en la carga y modos de trabajo, la sensación de aislamiento y otras condiciones que generen alta carga de estrés laboral.



Para atender estos factores, la empresa debe establecer una serie de recomendaciones en materia sanitaria e institucional, así como adoptar las medidas necesarias sobre el diseño del puesto de trabajo y las medidas de prevención de la fatiga mental, considerando que tanto la fatiga como el estrés pueden desencadenar en el aumento de accidentes del trabajo y la pro-

fundización de enfermedades laborales; además, de diseñar recomendaciones para sobrellevar el confinamiento del trabajador/a o los miembros de su familia, para gestionar el impacto emocional, para conocer el estrés y cómo gestionarlo, y en general, para promover el bienestar emocional de los y las trabajadoras.



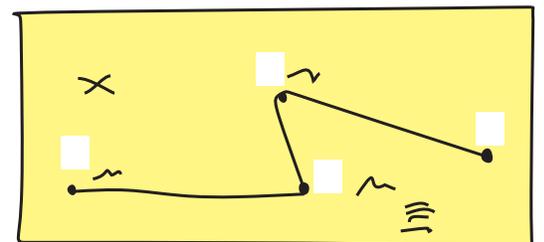
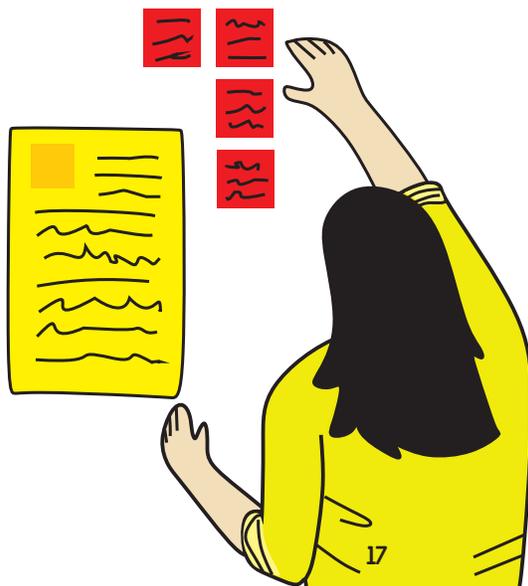
# Programas de preparación y respuesta ante el Covid-19 bajo el ciclo PHVA (PLANEAR, HACER, VERIFICAR Y ACTUAR)

## PLANEAR:

Consiste en establecer los planes y programas que permitirán mejorar la seguridad y salud de los y las trabajadoras. En esta fase se identifican los factores de riesgo asociados no solamente al COVID-19, también a las enfermedades respiratorias y su manejo dentro de los sitios de trabajo, y se definen indicadores y procesos para conseguir resultados. Esta herramienta debe contemplar:

- Posibles fuentes, y lugares de exposición y propagación del virus.
- Trabajadore/as y partes interesadas (proveedores y contratistas) con riesgo de infección particularmente alto.
- Factores de riesgo no ocupacionales en el hogar y en ambientes comunitarios.
- Factores de riesgo individual de los y las trabajadoras como la edad, la presencia de condiciones médicas crónicas y la identificación de estados de embarazo.

- Preparación para la implementación de medidas básicas de prevención de enfermedades infecciosas, en particular del COVID-19, que eviten la exposición y propagación del mismo, tales como buenas prácticas de higiene y control de infecciones. Entre ellas, promover el lavado de manos, disponer de artículos de aseo, alentar a los y las trabajadoras a no asistir a la empresa si tienen síntomas asociados, alentar hábitos respiratorios, y desarrollar labores de limpieza y desinfección.
- Información acerca de recomendaciones estatales, legales y en materia de salud, respecto al desarrollo de planes de contingencia para situaciones que pudieran surgir como resultado de la pandemia, así como la más reciente investigación e información en salud en materia de la pandemia. Por ejemplo, las pautas de distanciamiento social establecidas y las recomendaciones acerca de las modalidades de trabajo.



## HACER:

Consiste en adoptar los programas y planes necesarios para un efectivo establecimiento de las acciones planificadas de prevención y reducción de la COVID-19, esto a partir de la implementación de procesos y tareas que se han planificado para evitar la exposición y propagación de enfermedades infecciosas, así como a partir del establecimiento de los mecanismos de difusión de la información a los y las trabajadoras y partes interesadas. Para ello, se requiere documentar y actualizar la información sobre los peligros y riesgos evaluados, así como documentar las acciones implementadas y el cumplimiento de los requisitos legales aplicables a la documentación; asimismo, hacer controles operativos en el lugar de trabajo, y realizar preparación y respuesta ante enfermedades infecciosas como COVID-19.



## VERIFICAR:

Se trata de examinar las acciones y procedimientos para comprobar si se están consiguiendo los resultados esperados. Esto a partir del seguimiento y control de las actividades realizadas para la prevención y reducción de COVID-19, asegurando que se actúe según los planes establecidos, a través de medidas cuantitativas y cualitativas como auditorías de cumplimiento, investigación de reportes de enfermedades respiratorias y otras con mayor susceptibilidad de contagio, revisión del sistema por la alta dirección, y verificación del desarrollo de los procesos bajo las nuevas modalidades de trabajo, entre otros.



## ACTUAR:

Consiste en la implementación de medidas de mejora para elevar la eficacia de las acciones realizadas para combatir la exposición y propagación del COVID-19. Esto se realiza a partir del desarrollo de los procesos y los indicadores de verificación, por medio de planes de acción que se orienten hacia la mejora continua.



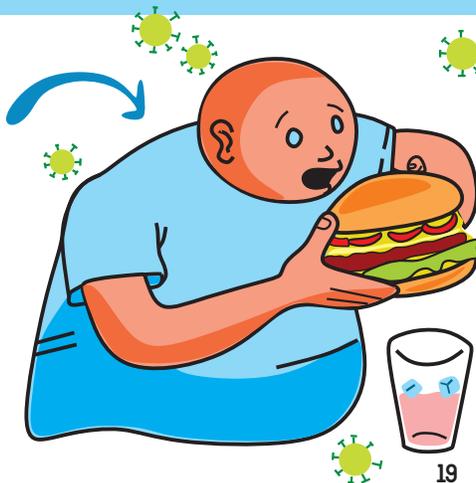
# Medidas que debe adoptar la empresa para la prevención y control del COVID-19 por la exposición ocupacional:

- Asegurar la disponibilidad y el uso de productos para la higiene de las manos (agua, jabón, preparaciones de base alcohólica), y papeleras para los residuos.
- Aumentar las labores de limpieza y desinfección sobre los suelos, las máquinas y equipos de trabajo, pomos de puertas, barandillas, las superficies, y otros elementos del ambiente de trabajo. Se recomienda el uso de hipoclorito sódico en dosis evaluadas por expertos en la materia.
- Evitar la manipulación de máquinas y herramientas con un uso común.
- Promover el aislamiento de los y las trabajadoras bajo sospecha o confirmación del COVID-19.
- Utilizar un sistema de transporte que permita el distanciamiento.



## SEÑORA Y SEÑOR TRABAJADOR:

Limite al máximo la manipulación y el consumo de alimentos dentro de los casinos o sitios para ingerir los alimentos.



No acuda al centro de trabajo si presenta síntomas relacionados con el virus.



# Medidas de **PROTECCIÓN COLECTIVA**



← **2 MT** →



Delimitar las distancias en espacios de 2 metros con el personal y nunca menos de un metro. Reorganizar los puestos de trabajo, delimitando zonas y controlando la circulación y concentración de personas.

**Incrementar ratios de ventilación** de los lugares de trabajo, con el objetivo de mantener una buena calidad del aire y frenar la capacidad de la transmisión del virus.

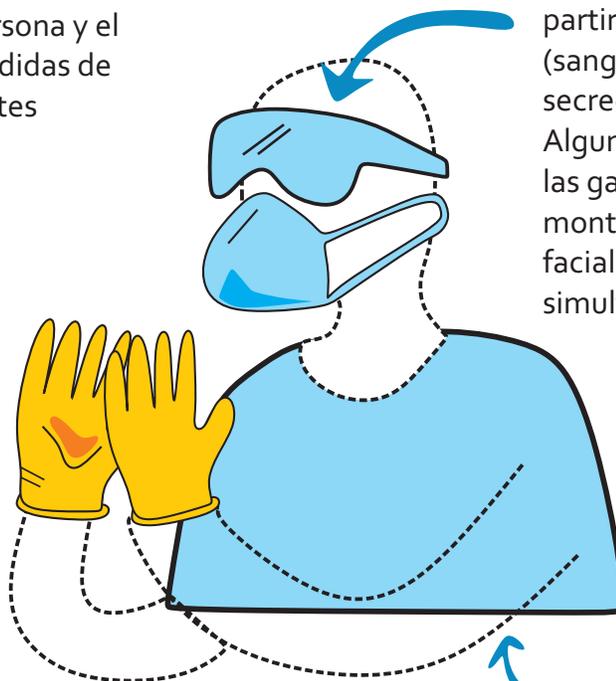


## **SOBRE LOS EQUIPOS DE PROTECCIÓN PERSONAL:**

Son la última medida entre la persona y el riesgo, tras haber tomado las medidas de tipo organizativo y colectivas, antes señaladas.

Deben ser desechables, o en caso contrario, que puedan desinfectarse después del uso, siguiendo las recomendaciones de los fabricantes.

En el caso de tareas de desinfección y limpieza de superficies, puede optarse por guantes más gruesos que los convencionales. Pero en actividades de atención a personas sintomáticas, los guantes deben ser desechables.



Se debe usar protección ocular cuando haya riesgo de contaminación de los ojos a partir de salpicaduras o gotas (sangre, fluidos del cuerpo, secreciones y excreciones). Algunos protectores pueden ser las gafas oculares, las gafas de montura universal, o pantallas faciales para la protección simultánea de ojos y cara.

En cuanto a la ropa, se busca la protección del uniforme del y la trabajadora con el fin de evitar la salpicadura o la secreción de fluidos de personas sintomáticas, para evitar la penetración de microorganismos.

# Salud y seguridad en el trabajo la agroindustria de palma de aceite en Colombia desde la perspectiva del trabajo decente

Hablar de salud y seguridad en el trabajo es hablar de prevención.

Prevención en tanto los riesgos que existen en los espacios donde se desempeña un oficio u actividad remunerada, en este sentido, se identificará la prevención como el conjunto de actividades, adoptadas o planificadas en la

empresa o industria con el fin de evitar o mitigar los riesgos a los que pueden estar expuestos las y los trabajadores vulnerando su derecho al gozo de salud.



## LOS FACTORES DE RIESGO SE PUEDEN CLASIFICAR EN:

- A) DE SEGURIDAD, asociados a la maquinaria y equipos;
- B) HIGIÉNICOS, referidos al ambiente de trabajo;
- C) DE PROCESO, asociados a la operación, tiempos y métodos;
- D) SOCIALES, relacionados con la acción humana; y
- E) DEL SISTEMA O PROCEDIMIENTO EN LA PREVENCIÓN, en el que los mismos procedimientos preventivos pueden causar un daño cuando no se realizan de manera correcta.

## Daños a la salud derivados del trabajo

### ACCIDENTE LABORAL

Suceso inesperado, no intencionado y normalmente evitable que puede causar lesiones corporales con disminución o anulación de la integridad física de la persona. Incluye accidentes ocurridos durante el trayecto de ida y vuelta al trabajo, actividades sindicales y actos de salvamento relacionados con el trabajo.

### SÍNDROME DE FATIGA

Desgaste por exceso de trabajo que no se compensa con descanso.

### ENVEJECIMIENTO PREMATURO

Aceleración del proceso de envejecimiento debido a una fatiga crónica originada por el desarrollo de la actividad laboral.

### ENFERMEDAD LABORAL O PROFESIONAL

Es aquella que contrae la persona durante la realización de su trabajo como consecuencia de su exposición a sustancias peligrosas o a unas condiciones ambientales nocivas. Se suele manifestar en un plazo breve de tiempo o, en ocasiones, sus efectos se advierten tiempo después, cuando ya no se ejerce el trabajo que la generó.



### ESTRÉS

Cuando el o la trabajadora percibe que lo que se le exige supera su capacidad para afrontarlo.

LOS SÍNTOMAS DEL ESTRÉS SON: ANSIEDAD, DEPRESIÓN, AGRESIVIDAD Y FRUSTRACIÓN.



Y no debemos pasar por alto la **Insatisfacción**.

La insatisfacción es la sensación de falta de gratificación que siente la persona con respecto a sus funciones y entorno laboral.

No es estrictamente una enfermedad, pero su presencia durante largo períodos de tiempo está claramente relacionada con el bienestar y con la salud psíquica de la población trabajadora, incidiendo de una forma muy notable en su rendimiento.

## ¿Cómo se pueden prevenir los riesgos laborales?

El o la empleadora debe asumir personalmente o designar a uno o varios trabajadores o trabajadoras para que se ocupen de dicha actividad. También podrá constituir un servicio de prevención con una entidad especializada ajena a la empresa.



Los y las trabajadoras pueden y deberían participar en los órganos de prevención de accidentes laborales. A quienes se encargan de estas labores se les conoce como **Delegados de prevención**.



### ACTITUDES ANTE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS

- No subestimar o ignorar la alta probabilidad de ocurrencia de un riesgo.
- No sobreestimar los riesgos de baja probabilidad y seriedad, ya que la exageración puede hacer que algunos o algunas trabajadoras resten credibilidad al sistema.
- No sobreestimar la "no ocurrencia de accidentes": pensar que cuanto más tiempo lleva la empresa sin accidentes, más "vacunado" se está contra ellos. Al contrario: evitar exceso de confianza.
- No asumir riesgos para lograr beneficios (económicos, de tiempo) aunque sean riesgos leves.
- No debe primar la seguridad individual sobre la colectiva.
- intentar eliminar los riesgos si ello es posible.
- No creer en la ilusión de invulnerabilidad física y mental, creer que los y las trabajadoras pueden salir bien parados, y por sí mismos, de los diferentes riesgos.
- No permitir que ningún trabajador o trabajadora se ponga a prueba por afán de notoriedad, búsqueda de emociones fuertes, frustración, etc.

### COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD

Es el órgano paritario y colegiado de participación destinado a la consulta regular y periódica de las actuaciones de la empresa en materia de prevención de riesgos de accidentes laborales. Se constituirá en todas las empresas que cuenten con **50 o más trabajadores y trabajadoras** y estará formado por las y los delegados de prevención, de una parte, y por el empresario o sus representantes, de otra.

## CÓMO SEÑALIZAR LOS RIESGOS

La señalización es un código internacional a partir de la combinación de tres formas y de cuatro colores. Estas señales de seguridad cumplen un papel específico, en términos de

identificar: **1) una prohibición, 2) una advertencia, 3) una obligación o, 4) información de seguridad.**

FORMAS	SIGNIFICADO	COLOR DE SEGURIDAD	SIGNIFICADO
	Señales de obligación.	Amarillo	Señal de advertencia (atención, precaución, de zona de riesgo), prohibición.
	Señales de advertencia.	Anaranjado	Advierte de un peligro-alarma de parada.
	Señales de salvamento.	Rojo	Señal de obligación.
		Azul	Señal de salvamento o auxilio. Situación de seguridad (vuelta a la normalidad).
		Verde	

## Principales riesgos en la agroindustria de palma

### RIESGOS HIGIÉNICOS:

Los principales riesgos identificados en higiénicos, ergonómicos y psicosociales.



Son todos los elementos del entorno que pueden causar enfermedades profesionales a los y las trabajadoras.

Aunque la aparición de una enfermedad dependerá de muchos factores, como las

características personales, el tiempo de exposición, la concentración o la intensidad del contaminante.

Los riesgos higiénicos se clasifican en los cuatro grandes grupos:

**1**

**SITUACIONES EN LAS QUE SE PUEDEN SUFRIR ALTERACIONES FISIOLÓGICAS POR EXPOSICIÓN A TEMPERATURAS EXCESIVAMENTE ALTAS O BAJAS.**

Y las causas pueden ser:

La realización de trabajos a la intemperie de forma continua.

Los cambios climáticos bruscos, a los que el o la trabajadora no puede acostumbrarse con la suficiente rapidez.



## Las medidas preventivas que se pueden tomar para evitar este riesgo son:

- Utilizar ropa adecuada a las condiciones climatológicas.
- Organizar las tareas de manera que se realice una rotación entre lugares con sol y sombra.
- Evitar las exposiciones innecesarias al sol.

## 2

### EXPOSICIÓN A SUSTANCIAS NOCIVAS

**Y/O TOXICAS:** Dentro de los riesgos por exposición o contacto con sustancias, se diferencian los siguientes:

- La exposición a sustancias nocivas y/o tóxicas que por inhalación, ingestión o penetración cutánea en pequeñas cantidades pueden provocar enfermedades profesionales con efectos agudos o crónicos, e incluso la muerte.
- Los contactos con sustancias cáusticas y/o corrosivas que, en contacto con tejidos vivos, pueden ejercer una acción destructiva.
- La exposición a contaminantes químicos no corrosivos que en contacto breve, prolongado o repetido con la piel o las mucosas, pueden provocar una reacción inflamatoria, que por inhalación o penetración cutánea pueden ocasionar reacciones de hipersensibilidad.

- Realizar un mantenimiento correcto de los dispositivos de climatización de los equipos e instalaciones.
- Eliminar las tareas de mera vigilancia que impliquen una escasa actividad física durante los períodos de frío.



## 3

### EXPOSICIÓN A RUIDOS Y ONDAS AÉREAS:

Son todos los sonidos que interfieran en la actividad humana. Entre ellos se encuentran los generados por motores, herramientas de percusión, escapes de aire comprimido, impactos, rozamientos, máquinas, ondas aéreas, etc.

#### ¿Cómo minimizar los riesgos producidos por los ruidos?:

Reducir en lo posible los focos de emisión y propagación del ruido.  
Alejar a los o las operarias de las fuentes productoras de ruido en la medida de lo posible.  
Adquirir maquinaria que emita poco ruido.  
Revisar periódicamente la maquinaria.  
Utilizar silenciadores.



## RIESGOS ERGONÓMICOS:

La ergonomía vincula aspectos relacionados con la calidad de servicios, la eficiencia y las condiciones de trabajo.

Los riesgos ergonómicos se clasifican en:

# 1

**LOS SOBRESFUERZOS:** Son los riesgos originados por la manipulación inadecuada de cargas o la realización de movimientos incorrectos. Pueden originarse por:

- Tener malos hábitos de trabajo o una formación inadecuada.
- Manejar cargas de peso excesivo o hacerlo de forma incorrecta.
- No utilizar los medios auxiliares oportunos en los procesos de carga y descarga.
- Adoptar posturas forzadas y/o antinaturales. Carecer de aptitud física.

### Medidas preventivas:

Formarse e informarse sobre el manejo correcto de cargas para no lastimarse.

Aplicar métodos de elevación de cargas que impidan que la espalda sufra.

# 4

### LAS VIBRACIONES:

Se refiere a la oscilación de partículas alrededor de un medio físico originada por vehículos, herramientas y máquinas. El riesgo se produce cuando esa oscilación se transmite a alguna parte del cuerpo, ya que la vibración puede causar desde una ligera molestia hasta alteraciones graves en la salud.

### Medidas preventivas:

- Realizar un mantenimiento adecuado de máquinas y equipos.
- Desarrollar un buen mantenimiento de los sistemas anti vibraciones.
- Efectuar controles periódicos del nivel de vibraciones.
- Emplear adecuadamente los EPI como fajas y cinturones anti vibraciones para prevenir accidentes.



Evitar elevar pesos superiores a 1/3 del peso del operario.

Realizar mini-descansos antes de llegar a la fatiga.

Utilizar medios de elevación y transporte mecánicos.

## 2

**EL ESTRÉS TÉRMICO:** Se refiere a las enfermedades profesionales o molestias menores de carácter temporal producidas por la exposición a temperaturas extremas.

**Medidas preventivas:**

- Mantener la distancia de seguridad respecto de equipos que trabajen a temperaturas elevadas.
- Usar ropa adecuada a condiciones ambientales.
- Beber agua abundantemente, si es preciso, para evitar la deshidratación.
- Disponer de sistemas de climatización o ventilación eficientes y en buen estado.
- Realizar un correcto mantenimiento de los dispositivos de climatización de los equipos e instalaciones.
- Aislar o apantallar la fuente con el fin de reducir la radiación sobre el o la trabajadora.



## 3

**LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES MUSCULOESQUELÉTICAS:**

Son enfermedades o molestias menores de carácter temporal producidas por problemas de ergonomía. Son las ocasionadas específicamente por el ejercicio de la profesión.



**Medidas preventivas:**

- Elección de equipos aplicando criterios ergonómicos con el fin de conseguir una buena adaptación a el o la trabajadora.
- Correcta adecuación del equipo a el o la trabajadora que lo utiliza.
- Informar al trabajador acerca de las posturas, posiciones o movimientos menos perjudiciales para el organismo durante el trabajo.
- Buena organización del trabajo y diseño del puesto.

## ENFERMEDADES PSICOSOCIALES

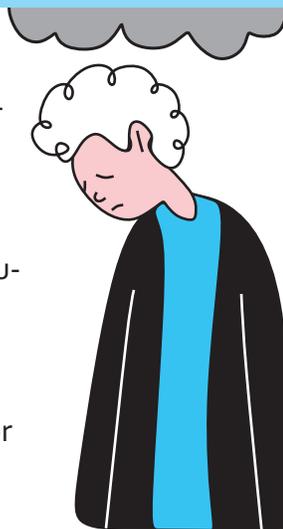
La fatiga física y mental es una enfermedad profesional originada por sobrecarga de trabajo, estrés o acoso laboral. Las causas pueden ser las siguientes:

Esfuerzo físico frecuente y prolongado, con poco tiempo para el reposo, descanso o recuperación.

Adopción de posturas forzadas durante el trabajo.

Climatización inadecuada. El exceso de calor o frío puede producir fatiga y somnolencia.

Sobrecarga de trabajo intelectual.



**Medidas preventivas:**

- Acudir al trabajo en buenas condiciones físicas.
- Disminuir la repetitividad de las tareas, instaurando una cierta rotación.
- Alternar con otras tareas que exijan menor esfuerzo.
- Disponer de maquinaria y equipos adecuados para la realización de los diversos trabajos u operaciones.
- Adaptar el trabajo a las capacidades de cada trabajador o trabajadora.

# Otros riesgos que se presentan en el mundo laboral y cómo prevenirlos

## 1 RIESGOS DE CONTACTO DINÁMICO:

Son aquellos en los que se produce un intercambio de energía mecánica y tienen que ver las caídas de personas a distinto nivel, como taludes, excavaciones, fosos, aberturas en el suelo, escaleras, pasarelas, plataformas, vehículos, máquinas, etc.

### Medidas preventivas:

#### EN ALTURA:

Utilizar un cinturón o un arnés cuando se circule en alturas superiores a 2 metros exentas de elementos de protección.

Emplear un cable de unión del cinturón con la longitud necesaria para que la o el operario se maneje y realice sus labores, y mantenerlo enganchado a un punto fijo con suficiente resistencia.

Conservar los elementos de protección en buen estado (barandillas o rodapiés) limpiando el suelo y los peldaños.



#### EN PLATAFORMAS

Proteger las plataformas de trabajo (de un mínimo 60 cm de ancho) con barandillas y plintos o rodapiés en andamios donde exista peligro de caída desde una altura superior a 2 metros.

Asegurarse de que las plataformas de trabajo con ruedas disponen de guardacuerpos o barandillas y de dispositivos para inmovilizar las ruedas.

Efectuar el desplazamiento con la plataforma limpia de materiales y sin ningún trabajador o trabajadora sobre la misma.

Acceder a las plataformas mediante una escalera adosada o integrada, y nunca utilizando los travesaños laterales de la estructura.

#### EN ESCALERAS

Disponer de elementos de seguridad que impidan la apertura de las escaleras de tijera mientras se utilizan.

Mantener el tensor de seguridad de las escaleras de tijera completamente extendido.

Realizar el ascenso, el descenso y el trabajo mirando de frente a la escalera.

No trabajar en las escaleras de tijera "a caballo" ni pasar de un lado a otro por la parte superior.

## 2 CAÍDAS DE PERSONAS AL MISMO NIVEL:

Estas comprenden las caídas que pueden suceder en un lugar de paso, en la superficie de trabajo o aquellas que sobre o contra objetos. También pueden suceder por el estado del suelo sea este irregular, resbaladizo, pendiente, etc.



### Medidas preventivas:

El suelo debe ser fijo, estable y no resbaladizo, sin irregularidades ni pendientes fuertes. Debe haber una periodicidad en la limpieza, y limpiar inmediatamente cualquier producto derramado.

Señalizar o reubicar los objetos, maquinaria o herramientas que interrumpen el paso y pueden provocar tropezones

Adecuar sistema de iluminación necesarias y suficientes.

Emplear calzado de seguridad.

### 3 CAÍDAS OBJETOS:

Este riesgo se debe al derrumbamiento del terreno, caída de rocas y desplomes de edificios, muros, estructuras como grúas-torre, andamios, escaleras, materiales apilados en el suelo, plataformas, baldas, etcétera.



#### Medidas preventivas:

- Revisar la resistencia de los elementos en los que se realiza el acopio.
- Evitar el apilamiento de materiales.
- Hacer buen uso, adecuada nivelación o equilibrado de los andamios, escalas o estanterías.
- Poseer el espacio adecuado para una correcta manipulación y tránsito.
- No llevar a cabo trabajo con grúas-torre cuando la velocidad del viento supera los 80 km/h.
- No superar la capacidad de izado de la máquina.

## ¿Qué medidas preventivas se te ocurren para los siguientes riesgos?

#### CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN:

Se pueden sufrir con la caída de herramientas y objetos como piezas, materiales o envases que se están utilizando.

#### CAÍDA DE OBJETOS DESPRENDIDOS:

Estos incluyen las caídas de herramientas y objetos que se están manejando.

#### PISADA SOBRE OBJETOS:

Ocurren cuando el trabajador o trabajadora está en desplazamiento y pisa objetos cortantes o punzantes, como clavos, latas, vidrios, etc.

#### CHOQUES CONTRA OBJETOS INMÓVILES:

Puede sufrirlo un trabajador o trabajadora en movimiento al chocar, golpear, rozar o rasparse contra un objeto fijo, inmóvil o estacionado.

#### CHOQUES CONTRA OBJETOS MÓVILES:

Cuando el trabajador o trabajadora, en posición fija o en movimiento, choca, golpea, roza o se raspa contra un objeto móvil, pero sin que se produzca atrapamiento.

#### ATRAPAMIENTO POR Y ENTRE OBJETOS:

Atrapamiento del cuerpo, de alguna de sus partes o de alguna prenda por o entre elementos de máquinas.

#### GOLPES, CORTES Y EROSIONES PRODUCIDAS POR OBJETOS Y HERRAMIENTAS:

Ocurren por la rotura o desprendimiento de los implementos de la herramienta; a la propia naturaleza de la herramienta, como el filo de corte; a su mala manipulación y empleo.

#### PROYECCIÓN DE FRAGMENTACIÓN O PARTÍCULAS:

Se trata de partículas u objetos procedentes de máquinas, herramientas, viento o cuerpos extraños hacia los ojos.

#### ATRAPAMIENTO POR VUELCO O CAÍDA DE MÁQUINAS O VEHÍCULOS:

Son causados por vuelco o caída de vehículos y máquinas como carretillas elevadoras, palas cargadoras u otros objetos y en los que la o el trabajador queda atrapado.

#### ATROPELLOS O GOLPES CON VEHÍCULOS.

Para conocer otros riesgos que no fueron identificados aquí o las disposiciones normativas en esta materia, se recomienda consultar el Decreto 1477 del 05 de agosto 2014 del Ministerio de trabajo.





