

ANEXOS

Anexo 1: Checklist Bodega La Hoyada

N.º	REQUISITOS	NIVEL DE CUMPLIMIENTO			OBSERVACION
		NO EXISTE	NO CUMPLE	CUMPLE	
Comprensión de la actividad laboral y de su contexto en SST					
1	Explicación del proceso productivo	x			
2	Responsables, equipos, maquinarias, materiales y/o materias primas que intervienen en los procesos.		x		No está legalmente establecido y no cumple con todos los puntos
3	Infraestructura		x		No cuenta con todos los factores que se toman en cuenta
4	Maquinaria		x		No existe manuales, planillas de mantenimiento,
5	Instalaciones Eléctricas			x	
6	Herramientas manuales y portátiles		x		
7	Alimentación	x			
8	Comedores	x			
9	Abastecimiento de agua		x		No se cuenta con dotación de botellones de agua, solo agua potable
10	Orden y limpieza			x	
11	Disposiciones de residuos			x	
12	Servicios higiénicos			x	
13	Casillero	x			
14	Señalización	x			No fue previsto
15	Bioseguridad	x			
Liderazgo y compromiso de seguridad y salud en el trabajo					
16	Cuenta con políticas de seguridad y salud en el trabajo		x		Tiene políticas internas, no en base a la norma
Comité Mixto o coordinador de Higiene, Seguridad Ocupacional y Bienestar					
17	Cuenta con un comité mixto o coordinador de higiene, seguridad ocupacional y bienestar		x		No se cuenta con el número de trabajadores para conformar el comité
Planificación					
18	Matriz IPER (Identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos) para registrar los peligros identificados en los diferentes procesos y áreas de trabajo	x			Se desconoce el uso y aplicación correcta

Estudios/monitoreos de higiene					
19	Iluminación	x			No se realizó ningún monitoreo
20	Ventilación	x			
21	Ruido	x			
22	Estudio de carga de fuego	x			
23	Ergonomía	x			
24	Trabajos en altura	x			No cuenta con un manual procedimiento correcto
25	Trabajos en espacio confinados	x			No cuenta con un manual procedimiento correcto
26	Trabajos de airaje	x			No corresponde
27	Trabajos en instalaciones eléctricas	x			
Inducción, capacitación, concientización y comunicación					
28	Cronograma Anual de Capacitaciones en Seguridad y salud en el trabajo	x			No cuenta con cronograma de capacitación
Dotación de ropa de trabajo y equipo de protección personal					
29	Dotación de equipo de protección personal	x			no fue previsto
30	Registro de Dotación de Ropa de Trabajo	x			
Inspecciones internas de seguridad y salud en el trabajo					
31	Cronograma de inspecciones planificadas				No cuenta con planilla de control
Plan de emergencia					
32	Plan de Emergencias	x			No fue previsto
33	Salidas de emergencia	x			No fue previsto
34	Equipos de emergencia	x			No fue previsto
35	Manual de Primeros Auxilios	x			No fue previsto
36	Botiquines de primeros auxilios	x			No fue previsto
Investigación y gestión de accidentes de trabajo y acciones correctivas					
37	Registro de accidentenles e incidentes	x			No cuenta con planilla de control
Medicina del trabajo y salud ocupacional					
38	Los trabajadores de la bodega son afiliados a un seguro.	x			No fue previsto
39	Certificado de Registro Obligatorio de Empleadores (ROE)	x			

40	Reportes de Seguimiento interno y autoevaluación	x			
Requisitos legales					
41	Cumple con todas las leyes y reglamentos relativos a la higiene, seguridad ocupacional y bienestar		x		No cumple con todas las leyes exigidas
42	Adopta medidas técnicas para proteger la vida y la integridad física y mental de los trabajadores		x		
43	Las edificaciones tienen estructuras sólidas y condiciones sanitarias adecuadas			x	
44	Mantiene en buen estado las estructuras físicas, maquinaria, instalaciones y útiles de trabajo		x		
45	Las máquinas, herramientas y equipos cumplen con las especificaciones mínimas de seguridad.		x		
46	Usar señalización preventiva conforme a las normas establecidas.	x			No fue previsto
47	Informa a los trabajadores sobre riesgos y medidas de prevención		x		
48	Colocar avisos visibles con medidas de higiene y seguridad.	x			
49	Promueve la capacitación en prevención de riesgos laborales.		x		
50	Establece Comités Mixtos de Seguridad e Higiene.	x			No Corresponde debido al número de trabajadores
51	Analiza e investiga accidentes para prevenir su repetición	x			No fue previsto
52	Cuenta con revisión médica actualizada de los trabajadores	x			
53	Cuenta con materiales de primeros auxiliares debidamente equipados	x			

Anexo 2: Monitoreo Ocupacional

Equipos de monitoreo utilizados

LUXÓMETRO

MARCA	EQUIPO	ESPECIFICACIONES
UNI-T UT383 Luxómetro		<p>Medidor digital de luz luxómetro UNI-T UT-383 0-200.000 LUX UT383 es un mini medidor de luz equipado con tecnología de detección fotoeléctrica, que puede representar eficazmente la intensidad de la luz con señales eléctricas, luego procesa los datos y muestra el resultado en la pantalla</p> <ul style="list-style-type: none">• Medición de iluminación: 0 ~ 9990 Lux• (Resolución 1 Lux)• Pantalla LCD• Tiempo de muestreo: 0.5 segundos• Función HOLD (Retención de lectura)• Iluminación de pantalla• Selección de Máximo y Mínimo• Tiempo día de iluminancia (fc): 0 ~ 18,500fc• Batería de 1,5v (r03) x 3

Sonómetro

MARCA	EQUIPO	ESPECIFICACIONES
UNI-T UT353 Sonómetro		<p>Medidor de nivel de sonido en diferentes entornos.</p> <ul style="list-style-type: none">• Rango de medición: 30 dB a 130 dB• Precisión: ± 1.5 dB• Resolución: 0.1 dB• Frecuencia de respuesta: 31.5 Hz a 8 kHz• Micrófono: Micrófono condensador de 1/2 pulgada• Rango de frecuencia: 31.5 Hz a 8 kHz• Tasas de muestreo: 125 ms (rápido), 1 segundo (lento)• Pantalla: LCD con retroiluminación


Anemómetro

MARCA	EQUIPO	ESPECIFICACIONES
UNI-T UT3633 Anemómetro		<p>Medidor de velocidad del viento y medidor de temperatura del aire.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Velocidad del viento de 0 a 30 m/s • Precisión +/- 5% rdg +0.5 • Temperatura de -10°C a 50°C, Fahrenheit de 14°F a 122°F • Precisión +/- 2°C (+/- 4°F) • Resolución de 0.1 m/s • Unidades disponibles: m/s, km/h, ft/min, nudos • y mph • Frecuencia de muestro de 2 veces por segundo


Anexo 3: Registro fotográfico de monitoreos ocupacionales realizados


Anexo 4: Resultado de la medición de iluminación

		BODEGA LA HOYADA									
		MONITOREO OCUPACIONAL ILUMINACIÓN / LUXOMETRÍA									
EMPRESA		LA HOYADA				Equipo:		LUXOMETRO DIGITAL			
Fecha inicial		3/9/2023				Modelo:		UNI-T UT383			
Fecha final		3/9/2023				Serie:		LUX 102			
Tipo de monitoreo		Rutinario <input type="checkbox"/> Seguimiento <input type="checkbox"/>				Cumple		Si <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>			
Evaluación de riesgos											
Nº	Área	Puesto de trabajo	Punto de medición	Descripción de actividad	Horario de medición	Tipo de iluminación	N.º de mediciones	Nivel exigido	Resultado	Cumple/ no cumple el valor	Observación
1	Producción	SI	Área de producción	Elaboración de productos	Diurno	Natural y Artificial	9	100	120	SI	Mantenimiento y limpieza de las luminarias
2	Almacén	SI	Plano de trabajo	Almacén de producto final	Nocturno	Artificial	4	50	15	NO	Dotar de mejor iluminación
3	Gerencia	SI	Plano de trabajo	Supervisión de operaciones	Diurno	Natural y Artificial	4	300	320	SI	Mantenimiento y limpieza de las luminarias
4	Cuarto de maquinas	NO	Maquinarias	Recepción de maquinas	Diurno	Natural y Artificial	4	50	15	NO	Dotar de mejor iluminación
5	Área de Añejamiento	SI	Tanques de almacenamiento	Monitoreo de proceso de añejamiento	Diurno	Natural y Artificial	4	50	20	NO	Dotar de mejor iluminación
6	Baños	NO	Baños	Ambiente	Nocturno	Artificial	4	50	60	SI	
CONCLUSIONES: Existen áreas que no cumplen con las condiciones mínimas de la norma técnica, se deben tomar medidas para el cumplimiento de la misma											
ELABORADO POR: KEVIN DANIEL ARCIENEGA PAZ								<div style="text-align: center;"> _____ FIRMA </div>			


Anexo 5: Resultado del monitoreo de ruido

			MONITOREO OCUPACIONAL RUIDO										
NOMBRE DE LA EMPRESA:			BODEGA LA HOYADA				Equipo :			SONOMETRO			
Fecha:			23/9/2024				Modelo de equipo:			UNI-T			
Area de trabajo:			Produccion				Serie del equipo:			UT353			
Nombre del tecnico higienista:			Kevin Arcienega Paz										
MEDICION Y EVALUACION PARA PERIODOS O ESTUDIOS MENORES O IGUALES 8 HORAS O UN TURNO DE TRABAJO - ESTUDIOS GENERALES													
Nº de mediciones	Punto de mediciones		Tipo de ruido	Tiempo promedio de Exposicion del personal en la jornada (TPE)/Hra	Datos del equipo		Nivel de presion sonora (NPS)(max) (db(A))	Nivel de presion sonora continua equivalente	Tiempo máximo permisible de exposición (TMPE) para Laeq,T [Hrs] (**)	Dosis ruido para periodos estudios menores a 8 horas	¿El tiempo promedio de exposicion (TPE) supera el tiempo maximo permisible	¿Se requiere ejecutar estudio Dosimetria?	Observaciones y aclaraciones
					Ponderacion	Respuesta							
1	Produccion	Despalilladora	Continuo	1	A	Slow	91	90,6	2	0,50	NO	NO	Cantidad de ruido no sobrepasa los limites permisibles
2		Bomba	Continuo	0,5	A	Slow	85	84,8	8	0,06	NO	NO	
3		Alambique	Continuo	6	A	Slow	85	45,5	8	0,75	NO	NO	
4	Administracion	Gerencia	Continuo	4	A	Slow	85	51,2	8	0,50	NO	NO	
5		Almacén	Continuo	0,33	A	Slow	85	48,4	8	0,04	NO	NO	
6		Cuarto de maquinas	Continuo	0,33	A	Slow	85	50,1	8	0,04	NO	NO	
7		Baños	Continuo	0,17	A	Slow	85	50,3	8	0,02	NO	NO	
<div><div><p>(*) Nivel de presión sonora continuo equivalente (L_{Aeq,T}) (dB): Si el tiempo de muestreo es el mismo:</p>$L_{Aeq,T} = 10 \log_{10} \left[\frac{1}{n} \sum_{i=1}^{n-1} 10^{\frac{NPS_i}{10}} \right]$<p>Si el tiempo de muestreo es diferente:</p>$L_{Aeq,T} = 10 \log_{10} \left[\frac{1}{T} \sum_{i=1}^{n-1} t_i 10^{\frac{NPS_i}{10}} \right]$<p>Donde:</p>$T = \sum_{i=1}^{n-1} t_i$<p>NOTA En caso de utilizar un sonómetro integrador, el valor del nivel de presión sonora continuo equivalente (L_{Aeq,T}) se genera directamente.</p></div><div><p>(**) Tiempo máximo permisible de exposición (horas):</p>$TMPE = \frac{8}{2^{\frac{(L_{Aeq,T}-85)}{5}}}$<p>(***) Dosis de ruido para estudios menores a 8 horas:</p><p>i. Para un solo tipo de ruido:</p>$Dosis = \frac{TPE}{TMPE}$<p>ii. Para m ruidos:</p>$Dosis = \sum_{i=1}^{n-1} \frac{TPE_i}{TMPE_i}$<p>El criterio de la dosis de ruido para periodos o estudio menores a 8 horas es el siguiente: Dosis > 1 se supera el límite máximo permisible de exposición (Tabla 1)</p></div></div>													
												Limites maximos permisibles de exposicion	
												Laeq,T	TMPE
												85 dB (A)	8 horas
												88 dB (A)	4 horas
												91 dB (A)	2 horas
												94 dB (A)	1 horas
												97 dB (A)	30 minutos
												100 dB (A)	15 minutos

Anexo 6: Resultado del monitoreo de ventilación

			MONITOREO VENTILACION						
Nº	Area de trabajo	Area m2	tipo de ventilacion	Temperatura seca ºC	Velocidad de aire m/h	Area de ventilacion m2	Caudal de extraccion o inyeccion de aire m3/h	Volumen del ambiente en m3	Nro de renovaciones /hora
1	Produccion	318,5	Natural	30,6	6663,60	4,5	29986,20	2229,5	13,45
2	Gerencia	20,9	Natural	30,6	171,60	1,7	291,72	62,7	4,65
3	Almacen	20,9	Natural	30,6	466,80	1,7	793,56	62,7	12,66
4	Cuarto de maquinas	11,7	Natural	30,6	235,20	1,8	423,36	35,1	12,06
5	Baños	5,6	Natural	30,6	166,00	1,5	249,00	16,7	14,92

Anexo 7: Resultado del monitoreo de carga de fuego

<div>  MONITOREO OCUPACIONAL CARGA DE FUEGO </div>						
Produccion						
Cant.	Objetos	Tipo	Peso kg	Poder Calorifico Mcal/kg	Calor de combustion	Peso equivalente kg(madera)
11	Tanques de polietileno de 1250 Lts	Solido	20	10	2200	500
4	Tanques de polietileno de 5000 Lts	Solido	60	10	2400	545,45
2	Tanques de acero inoxidable de 5000 Lts	Solido	250	0	0	0
2	Tanques de acero inoxidable de 1000 Lts	Solido	50	0	0	0
3	Tanques de 450 litros	Solido	20	16,5	990	225
1	Tanque de acero inoxidable de 200 Lts	Solido	10	0	0	0
280	Cajas de madera	Solido	3	4	3360	763,64
3	Alambiques de cobre	Solido	30	0	0	0
8	Lavadores polietileno	Solido	3	10	240	54,55
2	Bazuqueadores de acero inoxidable	Solido	5	0	0	0
1	Escalera de seguridad de acero inoxidable	Solido	30	0	0	0
1	Escalera de aluminio	Solido	15	0	0	0
1	Prensa vertical	Solido	60	4	240	54,55
1	Tonel de madera	Solido	40	4	160	36,36
2	Tinaco de ceramica	Solido	20	0	0	0
1	Tolva de Acero	Solido	20	0	0	0
2	Bomba Centrífuga	Solido	15	0	0	0
2	baldes de 5 litros	Solido	0,5	10	10	2,27
2	manguera de bombeo	Solido	5	4	40	9,1
2	Manguera	Solido	3	4	24	5,45
1	Basuero	Solido	4	10	40	9,09
6	Sillas de plastico	Solido	2	10	120	27,27
TOTAL					9824	2232,7


Almacen						
Cant.	Objetos	Tipo	Peso kg	Poder Calorifico Mcal/kg	Calor de combustion	Peso equivalente kg(madera)
1200	Botellas de vidrio	Solido	0,85	2	2040	463,6
10	Bidones de polietileno	Solido	2	10	200	45,5
100	Alcohol	Liquido	78,9	6	47340	10759,3
1000	Singani	Liquido	1183,5	6	7101000	1613863,6
1	Papel	Solido	2	4	8	1,8
2	Puerta de madera	Solido	20	4	160	36,4
10	Padlet de madera	Solido	25	4	1000	227,3
TOTAL					7151748	1625397,3
Cuarto de Maquinas						
Cant.	Objetos	Tipo	Peso kg	Poder Calorifico Mcal/kg	Calor de combustion	Peso equivalente kg(madera)
1	Despalilladora	Solido	170	0	0	0
1	Maquina de frio	Solido	200	0	0	0
1	Llenadora	Solido	50	0	0	0
1	Bomba centrifuga	Solido	20	0	0	0
1	Frezzer Balanca electronica	Solido	90	0	0	0
1	Tamizadora	Solido	80	0	0	0
1	Filtradora	Solido	30	0	0	0
1	Hidrolavadora	Solido	7	10	70	15,9
1	Balanza electronica	Solido	10	0	0	0
1	Puerta de madera	Solido	20	160	3200	727,27
1	Nylon	Solido	2	10	20	4,55
TOTAL					3290	747,73
Gerencia						
Cant.	Objetos	Tipo	Peso kg	Poder Calorifico Mcal/kg	Calor de combustion	Peso equivalente kg(madera)
1	Muebles de madera	Solido	15	4	60	13,6
4	Sillas de madera	Solido	3	4	48	10,91
2	Estante de madera	Solido	20	4	160	36,36
2	Puerta de madera	Solido	20	4	160	36,36
2	mesa de madera	Solido	20	4	160	36,36
TOTAL					588	120,00
Baño						
Cant.	Objetos	Tipo	Peso kg	Poder Calorifico Mcal/kg	Calor de combustion	Peso equivalente kg(madera)
1	Juego de baño	solido	33	0,5	16,5	3,73
1	Porta papeles de polietileno	solido	1	20	20	4,55
TOTAL					36,5	8,30
Area de Añejamiento						
2	Tanques de acero inoxidable de 1000 Lts	Solido	50	0	0	0
500	Singani en reposo	Liquido	1183,5	6	3550500	806931,8
3	Tanques de 450 litros	Solido	20	16,5	990	22,73
TOTAL					3551490	807156,82

Permiso de trabajo en alturas

PERMISO PARA TRABAJOS EN ALTURAS						
1 Generalidades						
FECHA Y HORA DE INICIO Y TERMINACIÓN DE LA TAREA: EMPRESA EJECUTORA: _____ ÁREA O LUGAR: _____		DIA (dd) MES (mm) AÑO (aa) <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>	HORA DE DILIGENCIAMIENTO DEL		DESDE (00:00 HORAS) HASTA (00:00 HORAS)	
		N° PERSONAS EJECUTORAS: _____				
TIPO DE TRABAJO: RUTINARIO <input type="checkbox"/> OCASIONAL <input type="checkbox"/>						
DESCRIPCIÓN Y PROCEDIMIENTO DE LA TAREA _____ _____ _____						
HERRAMIENTAS Y/O EQUIPOS A UTILIZAR: _____ _____ _____						
ALTURA APROXIMADA A LA CUAL SE VA A DESARROLLAR LA ACTIVIDAD: _____						
2 Analisis del entorno de trabajo				SI	NO	N/A
El sitio de trabajo está libre de lluvia, tormenta eléctrica, vientos fuertes o cualquier condición adversa						
El lugar de trabajo se encuentra en las condiciones de orden y aseo, requeridas para ejecutar la labor						
Los trabajos en áreas adyacentes producen riesgos sobre este trabajo						
Se han analizado los peligros y controles por trabajos adyacentes						
3 Lista de verificación trabajos en alturas				SI	NO	N/A
Se cuenta con un procedimiento de seguridad divulgado para trabajo en alturas						
Se cuenta con un procedimiento de rescate en caso de emergencia						
Se tienen medidas de seguridad para el manejo de herramientas en altura con posibilidad de caída						
La actividad de trabajo en alturas se realiza mínimo entre dos personas						
Los trabajadores cuentan con certificado de capacitación y reentrenamiento anual vigente para trabajo en alturas						
Los trabajadores cuentan con el certificado de aptitud médica ocupacional para trabajos en alturas vigente .						
Los trabajadores se encuentran afiliados a la seguridad social integral						
Existen barandas a 1 metro mínimo de la superficie de trabajo (cuando aplique)						
4 Equipos y Elementos de Protección personal (EPP) requeridos para la tarea				SI	NO	N/A
Los trabajadores cuentan con el equipo de seguridad individual para trabajo en altura previamente inspeccionado (anexar inspección de cada equipo)						
Los trabajadores cuentan con casco con barbuquejo						
Los trabajadores cuentan con gafas de seguridad.						
Los trabajadores con botas de seguridad.						
5 Trabajos con escalera				SI	NO	N/A
La distancia entre escalones es la misma y máx. 40 cm						
Están los pasos en buen estado						
Los largueros son máximo de 5 m.(aplica para escaleras sin extensión)						
Sobresalen por lo menos 1m. sobre su apoyo superior						
Está soportada sobre una superficie firme						
Están las uniones óptimas entre paso y paral						
Es posible amarrar la escalera						
Si no es posible amarrar la escalera, hay un ayudante para sostenerla						
Las zapatas de la escalera están en buen estado						
Es la escalera de material dieléctrico (si se requiere)						
La cuerda para la extensión esta amarrada y en buen estado (aplica para escaleras de extensión)						
La distancia pared a base de la escalera es 1/4 de longitud						
Escalera de tijera con tensores en optimo estado						
6 Firmas del permiso de trabajo en alturas				OBSERVACIONES		
COORDINADOR TRABAJO EN ALTURAS: He verificado en campo con los trabajadores, la aplicación del permiso y los demás controles para minimizar los riesgos asociados a este trabajo y considero seguro proceder con la ejecución del mismo						
NOMBRE Y APELLIDOS DEL COORDINADOR DE TRABAJO EN ALTURAS: _____						
FIRMA Y CÉDULA						
TRABAJADOR: He verificado con el coordinador de trabajo en alturas la aplicación de Permiso y los demás controles para minimizar los riesgos asociados a este trabajador.						
NOMBRE Y APELLIDOS DE LOS TRABAJADORES	CEDULA DE LOS TRABAJADORES	FIRMA DE LOS TRABAJADORES	CIERRE DEL PERMISO COORDINADOR TRABAJO EN ALTURAS Personalmente he verificado que: <input type="checkbox"/> El área queda limpia y libre de residuos y materiales <input type="checkbox"/> Se ha terminado satisfactoriamente el trabajo <input type="checkbox"/> No hubo accidentes de trabajo _____			
			NOMBRE, FIRMA Y C.C. COORDINADOR TRABAJO EN ALTURAS			
			FECHA:	HORA:		

Anexo 9:

Permiso de trabajo en espacios confinados



LA MINISTRIA

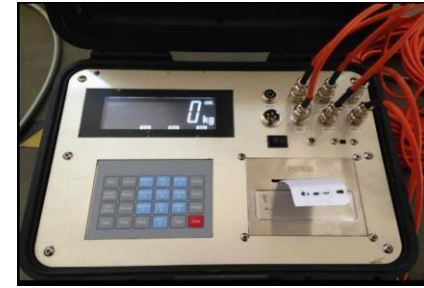
PERMISO PARA TRABAJOS EN ESPACIOS CONFINADOS

1 Generalidades															
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div> FECHA: <table border="1" style="width: 150px; height: 20px; margin-bottom: 5px;"> <tr> <td style="width: 33%;">DIA (dd)</td> <td style="width: 33%;">MES (mm)</td> <td style="width: 33%;">AÑO (aa)</td> </tr> </table> </div> <div> <table border="1" style="width: 200px; height: 20px; margin-bottom: 5px;"> <tr> <td style="width: 33%;">HORA</td> <td style="width: 33%;">DESDE (00:00)</td> <td style="width: 33%;">HASTA (00:00)</td> </tr> </table> </div> </div>										DIA (dd)	MES (mm)	AÑO (aa)	HORA	DESDE (00:00)	HASTA (00:00)
DIA (dd)	MES (mm)	AÑO (aa)													
HORA	DESDE (00:00)	HASTA (00:00)													
EMPRESA EJECUTORA: _____					N° CONTRATO: _____										
ÁREA O LUGAR: _____					N° PERSONAS EJECUTORAS: _____										
ACTIVIDAD A REALIZAR: _____															
HERRAMIENTAS Y/O EQUIPOS A UTILIZAR: _____															
<p>Los ejecutantes han sido informados de la tarea, de las medidas preventivas asociadas, medidas de emergencia, equipos de medida necesarios para realizar el trabajo (gases tóxicos, explosivos y nivel de oxígeno), equipos de rescate y/o evacuación, equipos de respiración y equipos de protección individual requeridos durante la ejecución de la tarea.</p>															
2 ¿Se requiere utilizar equipos de medida durante la tarea?									SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/>						
<p><input type="checkbox"/> CUMPLE (Marque con una "X" en caso de cumplir con el requisito asociado.)</p> <p><input type="checkbox"/> Explosímetro debidamente calibrado</p> <p><input type="checkbox"/> Medidor de gases debidamente calibrado</p> <p><input type="checkbox"/> Cada uno de los Sensores disponibles cuenta con prueba funcional antes de su uso.</p> <p>Se monitorea constantemente la atmósfera en el sitio de trabajo</p> <p>(Si las condiciones antes de ingresar no son aceptables se debe ventilar y posteriormente registrar la medida con ventilación)</p> <div style="display: flex; justify-content: flex-end; margin-top: 10px;"> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> </div>															
Se implementó sistema de ventilación forzada adicional en el espacio confinado?															
<input type="checkbox"/> SI <input checked="" type="checkbox"/> NO															
<p><input type="checkbox"/> Verificación de Riesgos Adicionales</p> <p>Los trabajadores que ingresan al espacio confinado verificaron la presencia de riesgos asociados a: _____</p> <p>Otros. / Especificar Cuales: _____</p> <p><input type="checkbox"/> Riesgo Eléctrico</p>															
<p>Trabajo en Caliente <input checked="" type="checkbox"/> * Se cuenta con el/los permiso de trabajo diligenciado para los riesgos adicionales:</p> <p>Energías Peligrosas <input checked="" type="checkbox"/> CUMPLE</p>															
<p><input checked="" type="checkbox"/> Equipos y Elementos de Protección personal requeridos (EPP)</p> <p>Los trabajadores ingresan al espacio confinado con Casco, Botas, Gafas de Seguridad, Guantes y Ropa de Dotación: SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/></p> <p><input type="checkbox"/> Equipo de aire respirable certificado <input type="checkbox"/> Equipo especial: _____</p> <p><input type="checkbox"/> Botiquín de primeros auxilios <input type="checkbox"/> Vestido especial: _____</p>															
<p>Guantes: _____ Otros: _____</p> <p>Gafas especiales: _____</p>															
<p>5 Verificación de las medidas preventivas (Antes de iniciar labores)</p> <p>¿Las condiciones y el estado del área de trabajo han sido revisadas antes de iniciar la tarea? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿El área está libre de gases, presión, sustancias químicas, tóxicas, combustibles e inflamables? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿Existe una ventilación general adecuada? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿Se requiere instalar sistemas de ventilación forzada? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿En el área de trabajo se dispone de extintor? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿El trabajador entrante al espacio confinado usa adecuadamente todos los elementos de protección personal requeridos? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿Los equipos y/o herramientas se encuentran inspeccionados y en buen estado? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿Se ha dispuesto de una cuerda de servicio para la amarre y carga de objetos y otros materiales de trabajo? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿El trabajador usa arnés de seguridad y se encuentra conectado a su respectiva línea de vida? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿Al personal se le ha instruido en relación a los riesgos que puedan presentarse durante la ejecución de la tarea? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿Se ha dispuesto de un vigía de espacio confinado, quien apoye en caso de emergencia, durante toda la actividad? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿El área de trabajo se ha señalizado, delimitado y aislado correctamente? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>¿Puede de terminar el trabajo, se ha revisado que tanto el equipo utilizado como el área de trabajo queden en buenas condiciones de orden y aseo? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p>															
<p>6 Medidas Preventivas específicas</p> <p>¿Se han verificado la operatividad de los equipos de monitoreo de gases y vapores acorde a la recomendación del fabricante? SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> N/A <input type="checkbox"/></p> <p>Para el ingreso al lugar de trabajo se requiere e implementa iluminación artificial verificando características de antichispa en caso de ser necesario.</p> <p>Se deben utilizar herramientas que no produzcan chispas o alimentadas a baja tensión.</p> <p>Se cuenta con un Vigía de Espacios Confinados, fuera del espacio confinado.</p> <p>Se verifica la comunicación eficaz desde el espacio confinado a la zona exterior y en caso de ser necesario.</p> <p>Los elementos de protección personal necesarios son adecuados y se encuentran en buen estado de mantenimiento y conservación.</p> <p>El equipo de rescate se encuentra disponible e implementado en el sitio de trabajo, así como en buen estado de mantenimiento y conservación.</p>															
<p>7 Requerimiento de documentos anexos (Revisados por el Vigía o Supervisor de Espacios Confinados)</p> <p>Se ha verificado la afiliación vigente a la seguridad social de las personas directas y contratistas. (Anexar Evidencias)</p> <p>Se han revisado los Certificados de aptitud médico ocupacional de cada trabajador.</p> <p>Se ha verificado el buen estado de las herramientas y equipos a utilizar. (Registros de inspección)</p>															
<p>El personal cuenta con certificado de trabajador entrante a espacio confinado Vigente para el desarrollo de la actividad</p> <p>Se tiene conocimiento de la existencia del procedimiento asociado a la tarea a desarrollar <input type="checkbox"/></p> <p>El personal se encuentra en condiciones óptimas de salud para realizar el trabajo y no presenta ninguna restricción</p>															
<p>8 Afectaciones (Determinados por el Jefe Ejecutante)</p> <p>¿Este trabajo produce riesgos para otros trabajos en áreas adyacentes? SI <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/></p> <p>¿Los trabajos en áreas adyacentes producen riesgos sobre este trabajo? SI <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/></p> <p>¿Cuáles son las acciones para controlar estos riesgos? (Explique) _____</p>															
<p>10 Firmas Emisión y Revalidaciones</p> <p>SUPERVISOR ESPACIOS CONFINADOS (EMISOR): He verificado en campo con el trabajador entrante y vigía de espacio confinado la aplicación de permiso, los demás controles para minimizar los riesgos asociados a este trabajo y considero seguro proceder con la ejecución del mismo.</p> <p>NOMBRE _____ CG _____</p> <p>FIRMA _____</p> <p>SUPERVISOR ESPACIOS CONFINADOS: He verificado con el emisor la aplicación de Permiso y los demás controles para minimizar los riesgos asociados a este trabajo y los comunicaré al grupo ejecutor. He verificado el buen estado de las herramientas y equipos a utilizar.</p> <p>CEDULA _____ NOMBRE Y APELLIDOS _____ FIRMA _____</p>															

OBSERVACIONES:

Anexo 10: Maquinaria para el control de ingeniería propuesto

Bascula para pesar camiones con sistema digital de 30 toneladas



Cinta transportadora

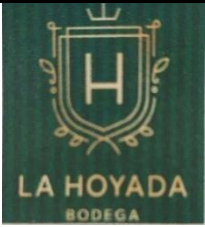


Anexo 11: Manual de levantamiento y transporte de cargas

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	CONTROL Y REGISTRO DE LA CAPACITACIÓN	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 1 de 10

LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 2 de 10

1. Objetivo

Establecer un procedimiento que permita realizar el levantamiento, empuje y arrastre de cargas de manera segura, reduciendo el riesgo de lesiones musculoesqueléticas. El objetivo es promover prácticas ergonómicas que protejan la salud y seguridad de los trabajadores en la manipulación de cargas.

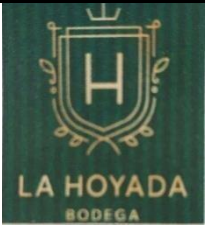
2. Alcance

Este procedimiento se aplica a todos los trabajadores que realizan tareas de manipulación y levantamiento manual de cargas en la empresa, así como a sus supervisores y responsables de seguridad.

3. Base Normativa

La NTS 015/23 se establece como el marco de referencia principal para la manipulación de cargas, proporcionando directrices claras sobre la ergonomía y la evaluación de riesgos disergonómicos en el entorno laboral. Además, complementan esta norma otras regulaciones nacionales e internacionales que abordan la seguridad y ergonomía, contribuyendo a un enfoque integral en la protección de la salud ocupacional.

Dentro del contexto de la NTS 015/23, se destacan diversas normativas que refuerzan la importancia de prácticas seguras en el manejo de cargas, tales como las recomendaciones del Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH) y otras regulaciones locales que establecen límites de carga y requisitos para el uso de equipos auxiliares. Estas normativas no solo buscan reducir la incidencia de trastornos musculoesqueléticos, sino también mejorar la calidad de vida laboral y

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 3 de 10

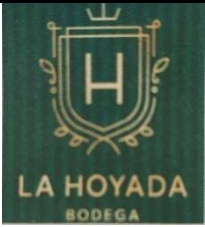
aumentar la productividad al involucrar a los trabajadores en la identificación de riesgos y en el desarrollo de soluciones efectivas.

4. Responsabilidades

- Trabajadores: Aplicar las técnicas de levantamiento seguro de acuerdo con este manual.
- Supervisores: Supervisar el cumplimiento del procedimiento y promover la capacitación continua.
- Responsable de Seguridad y Salud: Implementar el programa de capacitación y realizar la evaluación de riesgos periódica en las áreas de trabajo

5. Definiciones y conceptos claves

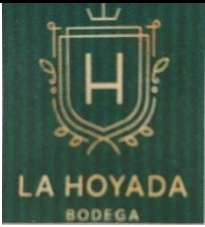
- Ergonomía: Disciplina que busca adaptar las condiciones del trabajo a las capacidades del trabajador.
- Carga Máxima Recomendada: Peso máximo que puede levantar una persona sin riesgo, considerando las características físicas de la persona y la tarea.
- Equipo Auxiliar: Dispositivos como carretillas o fajas de soporte para facilitar el levantamiento
- **Carga segura:** Peso máximo permitido sin asistencia
- **Manipulación manual de carga:** Levantamiento, transporte y almacenamiento manual de objetos.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 4 de 10

6. Evaluación de Riesgos en Manipulación de Cargas

Describir el proceso de evaluación y valoración de riesgos (como el tamaño, forma y peso de la carga, y las características del entorno de trabajo), siguiendo los lineamientos de la norma.

Factor Evaluado	Descripción
Tamaño de carga	Evaluar las dimensiones de la carga para determinar la facilidad de manejo y el espacio requerido.
Forma de la carga	Considerar la forma de la carga, ya que influye en el agarre y la estabilidad durante el transporte.
Peso de la carga	Determinar el peso total de la carga y compararlo con los límites recomendados según NTS 015/23.
Altura de levantamiento	Evaluar la altura a la que se levantará la carga, ya que influye en el esfuerzo requerido y en el riesgo de lesiones.
Distancia de transporte	Medir la distancia que se debe recorrer con la carga, considerando que distancias largas aumentan el riesgo.

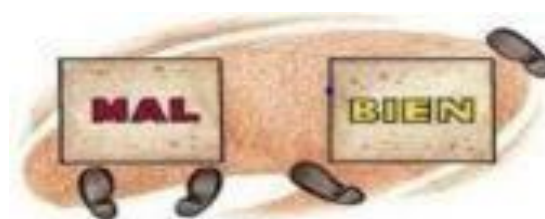
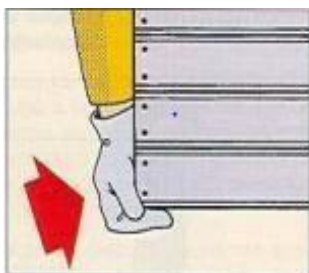
	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 5 de 10

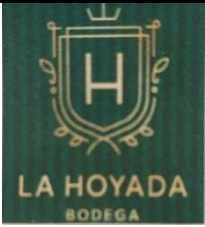
Características del entorno	Analizar el entorno laboral, incluyendo superficies, iluminación y obstáculos que puedan afectar la manipulación segura y Evaluar cuántas veces se manipulará la carga en un período determinado
Frecuencia de manipulación	Evaluar cuántas veces se manipulará la carga en un período determinado, ya que una alta frecuencia puede aumentar el riesgo de lesiones.

7. Procedimiento para el Levantamiento de Cargas

7.1. Levantamiento de Cargas

Para realizar un levantamiento seguro de cargas, evaluar el entorno y despejar el área de obstáculos, colóquese frente al objeto, separando los pies a la altura de los hombros para una base de apoyo estable. Agáchese flexionando las rodillas y manteniendo la espalda recta, con los brazos relajados hacia abajo. Al sujetar la carga, use ambas manos para un agarre firme y asegúrese de mantener el objeto lo más cerca posible del cuerpo, lo cual ayuda a reducir el esfuerzo en la columna.



	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 6 de 10

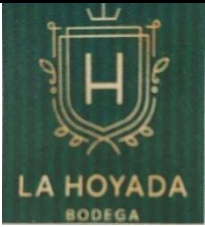
Al iniciar el levantamiento, emplee la fuerza de las piernas, no dé la espalda, manteniéndola siempre recta para evitar lesiones. Evite giros bruscos mientras levanta; en su lugar, gire todo el cuerpo con pasos cortos y controlados al caminar hacia el destino. Es crucial moverse sin apresurarse para mantener la estabilidad y seguridad en todo momento



7.2. Empuje de cargas

Para realizar el arrastre y empuje de cargas de manera segura, coloque los pies firmemente separados a la altura de los hombros, con una postura estable y el peso bien distribuido. Agarre la carga con ambas manos, asegurándose de tener un buen control antes de iniciar el movimiento. Siempre es preferible empujar en lugar de arrastrar, ya que el empuje permite mayor control y reduce el riesgo de lesiones en la espalda.



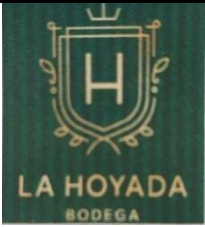
	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 7 de 10

Al empujar, mantenga los codos y brazos relajados y dirija la fuerza desde el cuerpo, usando el peso de su cuerpo y las piernas para impulsar la carga sin inclinarse hacia adelante. Realice movimientos suaves y controlados, y evite apresurarse o hacer movimientos bruscos. Si necesita cambiar de dirección, gire con todo el cuerpo en lugar de torcer la cintura para mantener una postura ergonómica.

7.3. Depósito de cargas

La siguiente resume los límites de peso recomendados para la manipulación manual de cargas según la norma NTS 015/23, diferenciando entre hombres y mujeres, y destacando la importancia de utilizar ayudas mecánicas cuando se superen estos límites.

Condición	Peso máximo recomendado para hombres (kg)	Peso máximo recomendado para mujeres (Kg)
Carga general	25	15
Mayor Protección	15	9
Trabajadores entrenados /situaciones aisladas	40	24
Cargas Mayores (Recomendación)	>25Kg (utilizar ayudas mecánicas)	>15 Kg (utilizar ayudas mecánicas)

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 8 de 10

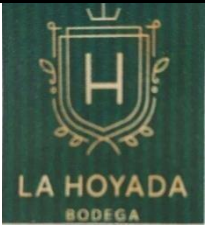
Al momento de depositar la carga, es fundamental adoptar una posición adecuada para evitar lesiones. Primero, el trabajador debe acercarse al lugar donde se depositará la carga y flexionar las rodillas, manteniendo la espalda recta para preservar la alineación de la columna vertebral. Esta postura ayuda a reducir el esfuerzo en la zona lumbar y promueve un levantamiento seguro.

Una vez en posición, se debe colocar la carga suavemente en su lugar, evitando movimientos bruscos que puedan generar tensión o lesiones.

8. Recomendaciones de Postura y movimiento

Es esencial mantener la espalda recta durante cualquier actividad que implique levantar, empujar o arrastrar cargas, ya que una postura incorrecta puede provocar lesiones en la columna vertebral y músculos adyacentes. Además, se debe evitar realizar giros bruscos del torso, ya que estos movimientos pueden generar tensiones innecesarias en la zona lumbar. En su lugar, se recomienda mover los pies y girar todo el cuerpo para cambiar de dirección.



	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 9 de 10

9. Uso de equipos auxiliares

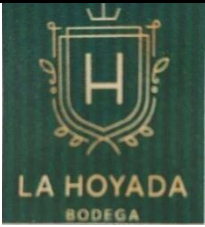
Instrucciones sobre el uso de dispositivos de ayuda como carros, fajas de soporte y otros equipos ergonómicos para manipular cargas pesadas

El uso de carros y carretillas es esencial para facilitar el transporte de cargas pesadas en el entorno laboral. Es fundamental seleccionar el equipo adecuado según el tipo y peso de la carga, asegurándose de que las ruedas sean apropiadas para la superficie. La carga debe distribuirse uniformemente y no exceder la capacidad máxima recomendada. Al maniobrar, se debe empujar el carro en lugar de tirarlo, manteniendo una postura erguida y utilizando las piernas para generar fuerza, evitando giros bruscos que puedan causar lesiones.

Las fajas de soporte deben colocarse sobre la zona lumbar antes de levantar cargas pesadas, asegurándose de que estén bien ajustadas sin ser demasiado apretadas. Estas fajas son complementarias y no deben sustituir las técnicas adecuadas de levantamiento. Además, las plataformas rodantes son útiles para mover cargas pesadas en distancias cortas; es crucial asegurarse de que la carga esté bien asegurada antes de moverla. El uso correcto de estos equipos auxiliares no solo mejora la seguridad durante la manipulación de cargas, sino que también contribuye a la salud y bienestar del trabajador.

10. Capacitación y seguimiento

Se debe implementar un plan de capacitación que incluya sesiones anuales, o con mayor frecuencia según los requisitos establecidos por la normativa NTS 015/23. Este

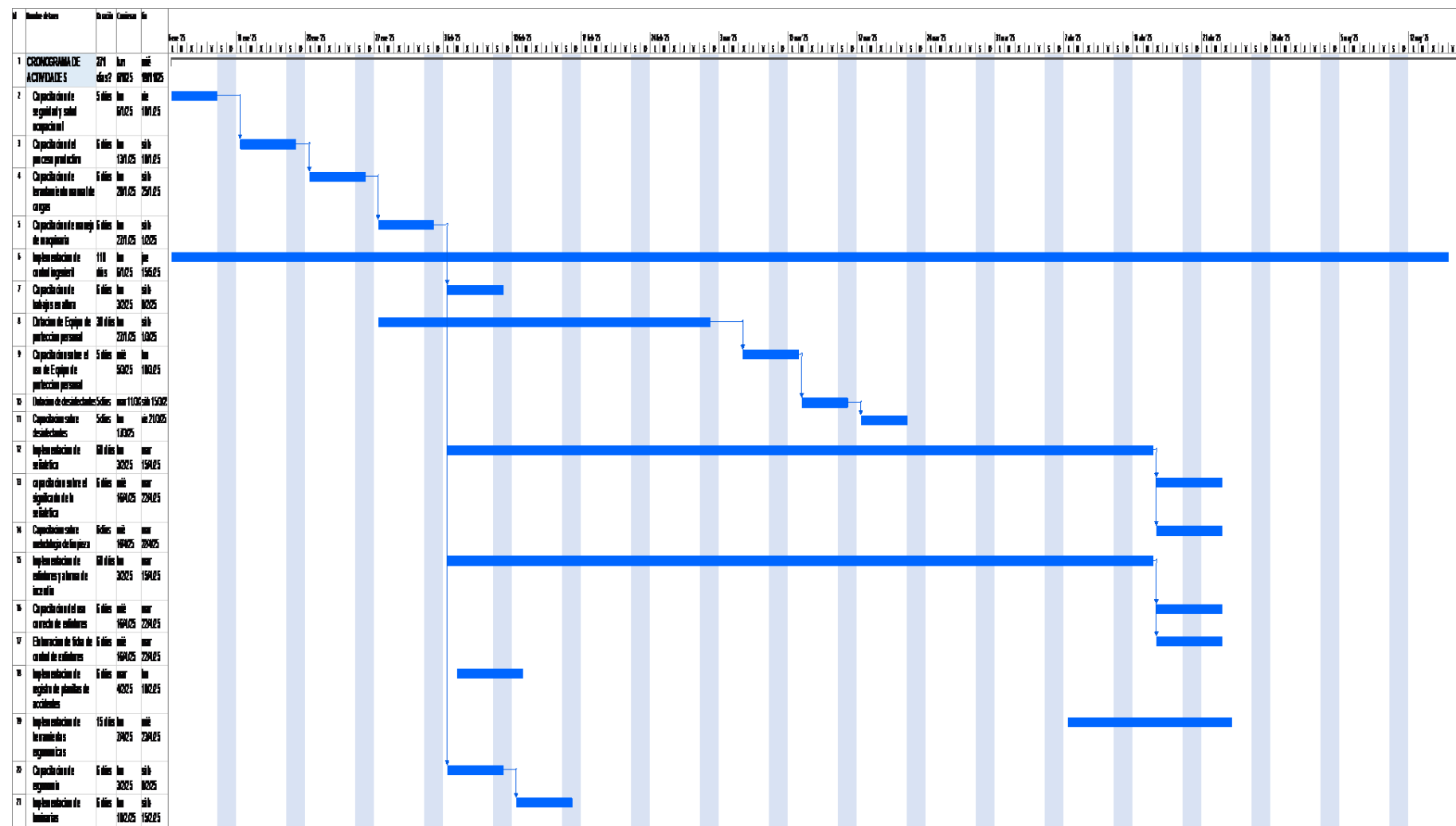
	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MC-01
		FECHA: 7/10/2024
	LEVANTAMIENTO Y TRASLADO MANUAL DE CARGAS	VERSIÓN: 01
		PÁGINA: 10 de 10

plan debe abarcar tanto la teoría como la práctica de las técnicas adecuadas, asegurando que todos los trabajadores comprendan los riesgos asociados a la manipulación manual de cargas y cómo mitigarlos mediante el uso de posturas correctas y equipos auxiliares. La formación continua es clave para fomentar una cultura de seguridad en el trabajo.

El control y seguimiento son igualmente importantes para evaluar la efectividad de las técnicas enseñadas y el estado físico del trabajador. Esto implica llevar un registro de incidentes relacionados con lesiones y realizar un seguimiento constante del cumplimiento de las prácticas ergonómicas. Además, se debe evaluar periódicamente la condición física de los trabajadores, identificando cualquier cambio que pueda afectar su capacidad para realizar tareas físicas. Esta evaluación permite realizar ajustes en los métodos de trabajo y en el programa de capacitación, garantizando así un entorno laboral más seguro y saludable.

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

Anexo 12: Cronograma de actividades.

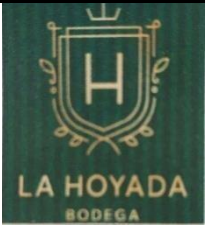


Anexo 13: Manual instructivo de extintores

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-ME-01
		FECHA: 15/10/2024
	MANEJO DE EXTINTORES	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 1 de 6

MANEJO DE EXTINTORES

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-ME-01
		FECHA: 15/10/2024
	MANEJO DE EXTINTORES	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 2 de 6

1. Objetivos

Este manual tiene como finalidad proporcionar las instrucciones necesarias para el uso seguro y efectivo de los extintores portátiles, con el objetivo de prevenir y controlar incendios en sus etapas iniciales dentro de la Bodega La Hoyada

2. Alcance

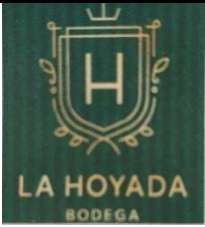
Este procedimiento y capacitación se aplica a todos los trabajadores de todas las áreas.

3. Base Normativa

La Norma Boliviana NB 58002 se establece como el marco de referencia para la adecuada selección de extintores, proporcionando directrices claras sobre los tipos de fuego, la evaluación de riesgos en el entorno laboral y las condiciones específicas de uso. Esta norma promueve la correcta identificación y gestión de equipos contra incendios, mejorando la capacidad de respuesta ante emergencias.

Complementan esta normativa otras regulaciones nacionales e internacionales que abordan aspectos clave de seguridad, ergonomía y salud ocupacional, favoreciendo un enfoque integral en la protección de los trabajadores.

Asimismo, el *Reglamento de Extintores Portátiles de Polvo Químico Seco Contra Incendios* ofrece lineamientos técnicos específicos para la instalación, uso, mantenimiento y recarga de estos dispositivos, garantizando su funcionalidad en caso de emergencia.

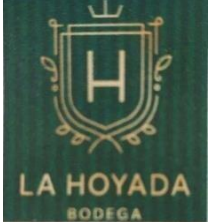
	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-ME-01
		FECHA: 15/10/2024
	MANEJO DE EXTINTORES	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 3 de 6

Además, se consideran los lineamientos del Código Nacional de Seguridad Contra Incendios y las recomendaciones de la National Fire Protection Association (NFPA), que proporcionan estándares reconocidos a nivel internacional para la prevención,

4. Procedimiento

- Seleccione el extintor adecuado según el tipo de incendio a combatir. Sostenga el extintor por la maneta o asa fija, descolgándolo cuidadosamente, y colóquelo en posición vertical sobre el suelo.
- Sostenga la boquilla de la manguera del extintor y verifique que, si aplica, la válvula o el disco de seguridad estén en una posición segura para el usuario. Retire el pasador de seguridad tirando de su anilla.



	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-ME-01
		FECHA: 15/10/2024
	MANEJO DE EXTINTORES	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 4 de 6

-Presione la palanca ubicada en la cabeza del extintor y, si es necesario, oprima la palanca de la boquilla para realizar una pequeña prueba. - Dirija el chorro hacia la base de las llamas utilizando un movimiento de barrido. En caso de incendios con líquidos, aplique el agente extintor de manera superficial y con movimientos de barrido, evitando que la presión del chorro provoque el derrame del líquido en combustión. Acérquese al fuego de manera controlada, manteniendo una distancia mínima de un metro.

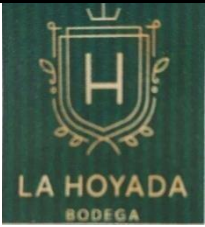


5. Ubicación y señalización Responsables

- Los extintores deben estar ubicados en lugares visibles, accesibles y debidamente señalizados
- Inspeccione que la señalización esté en buenas condiciones y sea clara.

6. Mantenimiento de extintores

- Verifique mensualmente que los extintores estén cargados, sin obstrucciones y en buenas condiciones.
- Revise que el manómetro indique presión adecuada (zona verde).

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-ME-01
		FECHA: 15/10/2024
	MANEJO DE EXTINTORES	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 5de 6

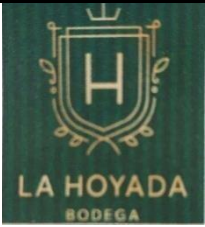
- Realice una revisión profesional para asegurar la operatividad del extintor.
- Verificar que los sellos estén intactos.
- Inspeccione la boquilla y las mangueras.
- Después de cada uso, el extintor debe ser recargado y revisado por un técnico certificado

REPORTE SU USO INMEDIATAMENTE RECARGA/MANTENIMIENTO	
FECHA	NOMBRE Y FIRMA
Prueba Hidráulica: / /	
CUIDE ESTA TARJETA DE CONTROL	

NOMBRE DE LA EMPRESA CONTROL - MANTENIMIENTO DE EXTINTORES (NB-58002)		
MODELO:	CODIGO:	
SERIE:	AGENTE:	
CAP:	CLASE:	
INSPECCION		
	FECHA	NOMBRE Y FIRMA
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

7. Capacitación y seguimiento

- Verifique si el fuego es controlable (pequeño y localizado).
- Asegúrese de conocer la ruta de evacuación.
- Manténgase a una distancia mínima de 1.5 a 3 metros al usar el extintor.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-ME-01
		FECHA: 15/10/2024
	MANEJO DE EXTINTORES	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 6 de 6

- Una vez extinguido el fuego, asegúrese de que no haya posibilidad de reignición.

8. Precauciones Generales


- No use un extintor si no está entrenado adecuadamente.
- Evite el uso de extintores de agua en incendios eléctricos o de líquidos inflamables.
- Si no puede controlar el fuego en menos de 10 segundos, evacúe y llame a los servicios de emergencia.
- Nunca exponga su espalda al fuego.

9. Recomendación

- Los empleados deben recibir capacitación regular en el manejo de extintores y en simulacros de evacuación.
- Asegúrese de que las rutas de escape y los puntos de encuentro estén claramente señalizados.
- Este manual debe ser parte del plan general de emergencias de la organización.


Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

Anexo 14: Manual instructivo de manejo de sustancias peligrosas

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MSP-01
		FECHA: 20/10/2024
	MANEJO DE SUSTANCIAS PELIGROSAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 1 de 5

MANEJO DE SUSTANCIAS PELIGROSAS

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MSP-01
		FECHA: 20/10/2024
	MANEJO DE SUSTANCIAS PELIGROSAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 2 de 5

1. Objetivo

Establecer un procedimiento seguro y efectivo para el manejo de la lavandina (hipoclorito de sodio) en entornos laborales, garantizando la protección de la salud de los trabajadores y el cumplimiento de las normativas vigentes.

2. Alcance


Este instructivo aplica a todos los empleados que manipulan lavandina en sus tareas diarias, incluyendo personal de limpieza, mantenimiento y cualquier otro trabajador expuesto a esta sustancia química.

La lavandina (hipoclorito de sodio) se considera un peligro específico según el sistema de identificación por sustancias químicas



3. Responsables

- Gerente de Seguridad y Salud Ocupacional: Asegurar que se implementen y mantengan las políticas de seguridad

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MSP-01
		FECHA: 20/10/2024
	MANEJO DE SUSTANCIAS PELIGROSAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 3 de 5

- Trabajadores: Seguir las instrucciones proporcionadas en este manual y reportar cualquier incidente o duda.

4. Procedimiento

4.1. Preparación

- Usar guantes y protección ocular (anteojos de seguridad) antes de manipular lavandina.

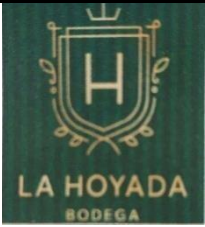
- Verificar que el área de trabajo esté bien ventilada.

4.2. Dilución:

- Para desinfección general, diluir 40 ml (6 cucharadas soperas) de lavandina concentrada en 1 litro de agua potable para obtener una solución al 4%.

- No mezclar con detergentes u otros productos químicos para evitar reacciones peligrosas.



	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MSP-01
		FECHA: 20/10/2024
	MANEJO DE SUSTANCIAS PELIGROSAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 4 de 5

4.3. Aplicación:

- Aplicar la solución sobre las superficies a desinfectar, asegurando un contacto adecuado.
- Dejar actuar durante al menos 20 minutos antes de enjuagar con agua potable.

4.4 Almacenamiento

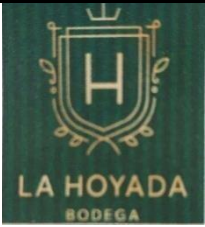
- Guardar la lavandina en un lugar fresco, oscuro y cerrado, preferiblemente en envases opacos.
- Revisar periódicamente la fecha de vencimiento (4 meses desde su fabricación).

4.5. Limpieza posterior:

- Limpiar cualquier derrame inmediatamente con agua y jabón, usando guantes para protegerse.

5. Recomendaciones

- Capacitar al personal sobre los riesgos asociados con el uso de lavandina y las medidas preventivas necesarias.
- Realizar simulacros periódicos para asegurar que todos conozcan el procedimiento en caso de derrames o accidentes.
- Mantener siempre a mano material absorbente para limpiar derrames y un kit básico de primeros auxilios.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MSP-01
		FECHA: 20/10/2024
	MANEJO DE SUSTANCIAS PELIGROSAS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 5 de 5


6. Capacitación y seguimiento

Se debe proporcionar capacitación inicial a todos los empleados sobre:

- Propiedades químicas y peligros asociados con la lavandina.
- Técnicas seguras para su manejo, dilución y aplicación.
- Realizar auditorías periódicas para verificar el cumplimiento del instructivo.
- Actualizar este instructivo según sea necesario, basándose en cambios normativos o incidentes reportados.

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

Anexo 15: Planilla de Registro de accidentes



REGISTRO DE ACCIDENTES

Nº	ACTIVIDAD	NUMERO DE ACCIDENTES	HORAS TRABAJADAS	NUMERO DE HORAS PERDIDAS	NUMERO DE TRABAJADORES	INDICADORES	Resultado de los calculos			
							I.F	I.G	I.I	D.M
1						$I.F.=\frac{N^{\circ} \text{ accidentes}}{N^{\circ} \text{ horas trabajadas}} * 10^6$				
2										
3										
4										
5						$I.G.=\frac{N^{\circ} \text{ de jornadas perdidas}}{N^{\circ} \text{ horas trabajadas}} * 10^6$				
6										
7										
8										
9						$I.I.=\frac{N^{\circ} \text{ accidentes}}{N^{\circ} \text{ trabajadores}} * 10^3$				
10										
11										
12										
13						$D.M.=\frac{N^{\circ} \text{ accidentes}}{N^{\circ} \text{ horas trabajadas}} * 10^6$				
14										
15										


Anexo 16: Acciones y beneficios a tomar en cuenta para la metodología de las 5s

Etapas (5S)	Acción a realizar	Beneficios esperados
1.Seiri (Clasificar)	<ul style="list-style-type: none"> - Identificar y separar materiales necesarios y no necesarios. -Desechar materiales innecesarios de forma adecuada. 	<ul style="list-style-type: none"> - Reducción de espacio ocupado y eliminación de desorden. -Mejor acceso a herramientas y productos prioritarios.
2.Seiton (Ordenar)	<ul style="list-style-type: none"> - Organizar materiales y herramientas según su frecuencia de uso. - Etiquetar estantes y herramientas para fácil identificación. 	<ul style="list-style-type: none"> - Optimización del tiempo de búsqueda de artículos. - Mayor eficiencia y menos errores al localizar elementos.
3.Seiso (Limpiar)	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar limpieza diaria en todas las áreas de la bodega (pisos, estantes). - Crear un plan rotativo de limpieza asignando responsables por sectores. 	<ul style="list-style-type: none"> - Espacio más seguro y saludable. - Reducción de riesgos de accidentes por suciedad u obstrucciones.
4.Seiketsu (Estandarizar)	<ul style="list-style-type: none"> - Establecer normas visuales (colores, etiquetas) y procedimientos claros. - Implementar Checklist para revisar las condiciones del área. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mantenimiento constante de orden y limpieza en el tiempo. - Evita el retorno al desorden.
5.Shitsuke (Disciplina)	<ul style="list-style-type: none"> - Promover la disciplina y responsabilidad mediante capacitaciones periódicas. - Reconocer y premiar las buenas prácticas en la bodega. 	<ul style="list-style-type: none"> - Cultura de orden y limpieza como hábito. - Mayor motivación y compromiso del personal.



Puntos a tomar en cuenta:

- Concepto, beneficios y como mantener los resultados a largo plazo.
- Fotos, videos, dinámicas, y uso de señalización de cómo se implementa en otras bodegas

Anexo 17: Planilla para el control de plan de limpieza y desinfección



 PLANTILLA PARA CONTROL DE PLAN DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN																	
EMPRESA:	BODEGA LA HOYADA																
CIUDAD:	TARUJA																
SUPERVISADO POR:																	
NOMBRE:																	
CARGO:																	
FECHA:																	
EVALUACIÓN DEL PROCEDIMIENTO																	
ÁREAS	FRECUENCIA	DÍAS							SEMANAS				MES	OBSERVACIONES	ACCIÓN CORRECTIVA	VERIFICACIÓN	
		L	M	M	J	V	S	1	2	3	4						
PRODUCCION																	
Pisos	2 veces por semana																
Paredes	quincenal																
Techos / Luces	quincenal																
Tanques	Semanal																
cajas de madera	mensual																
Padlets	mensual																
lavadores plasticos	semanal																
Mangueras	semanal																
Mesas y superficies de trabajo	diario																
Desecho de basura	Según necesidad																
ALMACENAMIENTO DE PRODUCTO																	
Estanterías / Estantes	2 veces por semana																
Producto terminado	2 veces por semana																
Pisos y ventanas	2 veces por semana																
ALMACENAMIENTO DE MAQUIARIA																	
Llenadora	semanal																
Tamizadora	semanal																
Despallilladora	semanal																
Refrigerante	semanal																
Bascula	semanal																
Alambique	semanal																
Tolva	semanal																
Mangueras	semanal																
Bazuqueador	semanal																
Maseracion																	
Tanques de almacenamiento	Semanal																
Gerencia																	
Escritorio	2 veces por semana																
Sillas	2 veces por semana																
Ventanas	2 veces por semana																
Pisos	2 veces por semana																
Vitrinas	2 veces por semana																
Baños	Diario																

Anexo 18: Dotación de Ropa de Trabajo y EPP


Elemento de Protección	Parte del cuerpo	Riesgo cubierto	Uso del personal
<p>Gorro clip</p> 	Cabeza	Desechable utilizado para proteger el cabello de salpicaduras, líquidos y polvos a su vez lo mantiene dentro de la estructura evitando que contamine el ambiente con su caída para mantener la higiene.	Efectuar el uso al momento de tener contacto con la elaboración del producto en las áreas de producción y control de calidad
<p>Mascarilla de seguridad</p> 	Rostro	Las mascarillas respiratorias son fundamentales para proteger al personal contra la inhalación de partículas tóxicas, gases o vapores en entornos laborales. Su uso cubre riesgos adecuados relacionados con la exposición a sustancias químicas, biológicas o partículas en suspensión, como	Hacer uso personal al momento de realizar limpieza de tanques en espacios confinados

		ocurre en trabajos con materiales peligrosos, industrias químicas o durante la manipulación de gases	
<p>Barbijo desechable</p> 	Rostro	Actúan como una barrera física bidireccional, protegiendo tanto al usuario como a las personas a su alrededor, y son esenciales en entornos donde hay riesgos de contacto con microorganismos o sustancias químicas en el aire	Su uso personal de barbijos o respiradores es esencial durante el manejo de químicos o gases para proteger las vías respiratorias de sustancias tóxicas.
<p>Guantes de cuero</p> 	Cabeza	Los guantes de cuero protegen las manos de objetos ásperos, astillas, chispas y calor moderado.	Efectuar su uso para el transporte de las materias primas, maquinaria y transporte del producto terminado

<p>Botas con punta de acero</p> 	<p>Pies</p>	<p>Protege al trabajador de golpes, impactos de objetos pesados, contra pinchazos, cortes, abrasiones, choques, compresiones.</p>	<p>Efectuar el uso en todas las áreas que conllevan la elaboración de producto y transporte de maquinas</p>
<p>Botas de goma</p> 	<p>Pies</p>	<p>Son un tipo de botas impermeables y sin cordones, que protegen a quien las usa del agua y el barro. Son utilizadas principalmente para protección contra resbalones como parte de indumentaria de trabajo en ciertas actividades que requieren protección en condiciones adversas</p>	<p>Uso en el área de producción al realizar limpieza y en áreas mojada</p>
<p>Ropa de trabajo</p>			
<p>Pantalón jean</p> 	<p>Cuerpo</p>	<p>Protege contra quemaduras del sol o por partículas proyectadas. Brinda al trabajador la garantía de un derecho y da imagen institucional</p>	<p>Uso obligatorio para todo el personal incluyendo el área administrativa.</p>

<p>Camisa Jean</p> 	Cuerpo	<p>Pieza textil que se usa sobre uniforme o ropa para proteger el cuerpo ante salpicaduras, derrames y otros agentes contaminantes provenientes de posibles peligros en el ambiente de trabajo.</p>	<p>Efectuar el uso para las áreas de:</p> <p>Producción y producción de lavandina</p> <p>Envasado</p> <p>Empaquetado</p> <p>Almacén de materia prima</p>
<p>Bata</p> 	Cuerpo	<p>Pieza de ropa amplia y larga que sirve en un laboratorio para protegerse de cualquier daño que puedan hacer las sustancias químicas a la ropa o a las personas.</p>	<p>Uso específico para el laboratorio</p>

Anexo 19: Matriz Planilla de dotación de equipo de protección personal

		Matriz de Dotación de Ropa de Trabajo y Equipo de Protección Personal													
PUESTO DE TRABAJO	EXPOSICION A RIESGOS	Camisa	Pantalón	Overol	Chaleco	Cráneo	Ojos y cara	Oído	Vías Respiratorias			Manos y brazos		Pies y Pernas	
						Casco de seguridad	Lentes de seguridad	Auditivo tipo copa	Descartable	De media cara	Autónomo	Guantes de nitrilo	Guantes de cuero	Botín de seguridad	Botas de agua
Frecuencia Anual															
	Mecánico / Físico /Ergonómico														
	Mecánico / Físico /Ergonómico														
	Mecánico / Físico /Ergonómico														
	Mecánico / Físico /Ergonómico														
	Mecánico / Físico /Ergonómico														
	Mecánico / Físico /Ergonómico														
	Mecánico / Físico /Ergonómico														
	Mecánico / Físico /Ergonómico														
	Mecánico / Físico / Químico														
Anual = A Semestral = S Trimestral = T Mensual = M															

Anexo 20: Planilla de dotación de equipo de protección personal

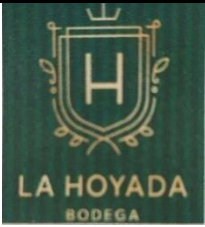
PLANILLA DE DOTACION DE EQUIPOS DE PROTECCION PERSONAL															
ENCARGADO DE DOTACION												FIRMA			
GESTION												FECHA			
LUGAR															
Nº	NOMBRE Y APELLIDO	PUESTO DE TRABAJO	CASCO	GORRO CLIP	GAFAS	MASCARILLAS		BOTAS DE SEGURIDAD		GUANTES		PROTECCION AUDITIVA		Nº CARNET	FIRMA
						QUIRURGICA	GASES POLVOS	GOMA	PUNTA DE ACERO	LATEX	CUERO	TAPONES DESECHABLES	TIPO COPA		
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
OBSERVACIONES															
APROBADO POR								FIRMA							
CARGO															
FECHA															

Anexo 21: Manual instructivo de registro de control y registro de capacitación

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-RC-01
		FECHA: 7/10/2024
	CONTROL Y REGISTRO DE LA CAPACITACIÓN	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 1 de 5

**CONTROL Y REGISTRO DE LA
CAPACITACIÓN**

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-RC-01
		FECHA: 7/10/2024
	CONTROL Y REGISTRO DE LA CAPACITACIÓN	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 2 de 5

1. Objetivo

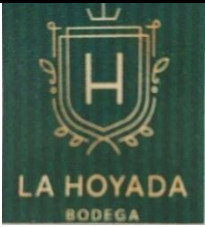
Garantizar la formación y concienciación del personal sobre la importancia de la seguridad y salud ocupacional dentro de la empresa, con el fin de mejorar la gestión de los riesgos laborales durante la ejecución de actividades. A través de este proceso, se busca desarrollar la habilidad del trabajador en el uso adecuado de técnicas y prácticas de trabajo seguro, promoviendo un entorno de trabajo más saludable y eficiente.

2. Alcance

Este procedimiento se aplica a todo el personal de la empresa, cuyas actividades puedan generar riesgos de accidentes o impactos negativos sobre la seguridad y salud en el trabajo. Es relevante para aquellos involucrados en procesos productivos o tareas que impliquen riesgos ocupacionales.

3. Responsabilidad

- Gerente: Es el responsable de revisar y aprobar el Programa de Capacitación y Sensibilización, asegurando que se cumpla con los lineamientos establecidos y que esté alineado con las necesidades de la empresa.
- Coordinador de Seguridad y Salud Ocupacional (SSSO): Se encarga de la elaboración del Programa de Capacitación, basándose en los riesgos identificados en la MATRIZ IPER (Identificación de Peligros, Evaluación de Riesgos). Asimismo, debe asegurar que el programa esté actualizado y sea efectivo en la mitigación de los riesgos detectados.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-RC-01
		FECHA: 7/10/2024
	CONTROL Y REGISTRO DE LA CAPACITACIÓN	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 3 de 5

4. Procedimiento

4.1. Capacitación

a. Etapa de Planificación y Programación

La persona designada para impartir la capacitación deberá identificar las necesidades de formación mediante la revisión de los documentos clave, tales como los procedimientos de seguridad y las matrices IPER establecidas en el Plan de Acción. Esta revisión permitirá definir con precisión los temas de capacitación necesarios, así como la duración y frecuencia de las sesiones, ajustándose a la gravedad y características de los riesgos laborales detectados.

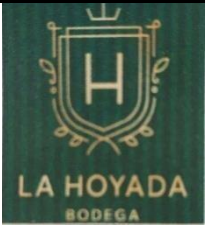
La programación debe tomar en cuenta:

- La prioridad de las áreas de mayor riesgo.
- La adecuación del contenido a los perfiles de los trabajadores.
- La frecuencia con la que debe repetirse la capacitación para garantizar su efectividad.

b. Etapa de ejecución

El capacitador será el responsable de llevar a cabo las charlas de capacitación. Su principal objetivo será mantener a los trabajadores conscientes de la importancia de cumplir con la Política de Prevención de Riesgos, la Política de la Empresa, y los demás componentes del Programa Gestión de Seguridad y Salud.

Además, deberá concienciar al personal sobre los peligros y los aspectos ambientales asociados a las actividades que realizan diariamente.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-RC-01
		FECHA: 7/10/2024
	CONTROL Y REGISTRO DE LA CAPACITACIÓN	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 4 de 5

Durante las charlas, el expositor deberá:

- Presentar los temas de capacitación, destacando claramente los objetivos y contenidos de cada sesión.
- Explicar los riesgos relacionados con las actividades laborales específicas y cómo los trabajadores pueden prevenir incidentes, reforzando las prácticas de trabajo seguro.

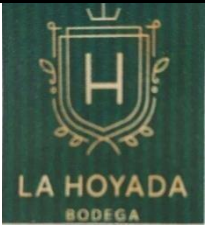
En la fecha prevista para la capacitación, se entregará a los trabajadores material informativo por escrito, como trípticos, folletos, manuales o instructivos de trabajo y procedimientos. Este material servirá para retroalimentar los conocimientos adquiridos durante la capacitación y asegurar que los trabajadores comprendan los temas discutidos, que están directamente relacionados con las actividades que realizan y los riesgos a los que están expuestos.

4.2. Registro de asistencia

El registro de asistencia a las capacitaciones será gestionado por el Coordinador de Seguridad y Salud Ocupacional (SYSO), con el apoyo del personal administrativo, utilizando el formato indicado en el correspondiente. Este formato permitirá llevar un control detallado de los participantes y el contenido impartido durante cada sesión de capacitación.

El formato de registro de asistencia incluye los siguientes campos:

- **Ciudad y fecha:** Se especifica la ciudad donde se lleva a cabo la capacitación, junto con la fecha en la que se realiza la sesión.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-RC-01
		FECHA: 7/10/2024
	CONTROL Y REGISTRO DE LA CAPACITACIÓN	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 5 de 5

- **Expositor:** Nombre completo del expositor responsable de la capacitación.
- **Centro de trabajo:** Área, departamento al cual está dirigida la capacitación.
- **Hora de inicio:** Hora exacta en la que comienza la capacitación.
- **Hora de finalización:** Hora exacta en la que concluye la sesión de capacitación.
- **Tema:** Se introduce el tema de la capacitación que será expuesto.
- **Nombre y Apellidos:** Cada participante debe registrar su nombre completo para confirmar su asistencia.
- **Identificación:** Número de cédula de identidad o documento de identificación del trabajador.
- **Firma:** Cada asistente debe firmar para confirmar su presencia en la capacitación.
- **Diseñado por:** Firma del expositor o consultor que impartió la capacitación.
- **Revisado por:** Firma del Coordinador de SYSO, quien revisa y valida el registro de asistencia.
- **Aprobado por:** Firma del Gerente de la empresa

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:




Anexo 22: Registro de capacitación









REGISTRO DE CAPACITACION

TEMA:		
INSTRUCTOR:		
LUGAR:		HORA DE INICIO:
FECHA:		HORA DE FIN:
Nombre y Apellido	Empresa / Departamento	Firma:
Aprobado por:		Revisado por:




Anexo 23: Señales propuestas




SEÑALES DE OBLIGACIÓN		
Indicación	Imagen	Área
Uso de guantes		Producción Almacén Fermentación Sala de Maquinas Recepción de materia prima Sanitización
Uso de mascarilla		Producción Añejamiento
Uso de botas		Producción Almacén Fermentación Sala de Maquinas Recepción de materia prima Sanitización

<p>Uso de casco</p>		<p>Producción</p> <p>Recepción de materia prima</p>
<p>Levantar correctamente</p>		<p>Producción</p> <p>Almacén</p> <p>Recepción de materia prima</p>
<p>Obligatorio lavarse las manos</p>		<p>Sanitización</p>

<p>Uso de redecilla</p>		<p>Control de calidad</p> <p>Producción</p>
<p>Uso de mascarilla</p>		<p>Producción</p>
<p>Mantener pasillo despejado</p>		<p>Producción</p>

Señales de Salidas

SEÑALIZACIÓN DE SALIDAS Y RECORRIDOS DE EVACUACIÓN		
Indicación	Imagen	Área
Salida de emergencia		Salida de la bodega
Salida		Salida de las áreas de protección
Equipo de Primeros auxilios		Área de almacén

<p>Agua potable</p>		<p>Lavandería</p>
<p>Vía de evacuación</p>		<p>Toda la bodega</p>
<p>Punto de encuentro</p>		<p>Salida de la bodega</p>


Señales de prohibición

SEÑALES DE PROHIBICIÓN		
Indicación	Imagen	Área
Prohibido encender fuego		<p>Área de producción</p> <p>Área de almacén de producto terminado</p> <p>Área de añejamiento</p>
Prohibido beber u comer		<p>Área de producción</p> <p>Área de almacén de producto terminado</p> <p>Área de añejamiento</p>
Prohibido el paso a toda persona ajena a esta sección		<p>Área de producción</p> <p>Área de almacén de producto terminado</p> <p>Gerencia</p>

Señales de indicativo de extintor y emergencias

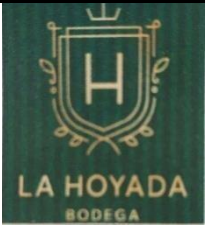
SEÑALIZACIÓN DE INDICATIVOS DE EXTINCIÓN Y EMERGENCIA		
Indicación	Imagen	Área
Extintor de incendios		<p>Área de producción</p> <p>Área de almacén de producto terminado</p> <p>Área de añejamiento</p>
Teléfono a utilizar en caso de emergencia		<p>Área de producción</p>
Alarma contra incendio		<p>Área de producción</p> <p>Área de maceración</p>

Anexo 24: Manual instructivo de primeros auxilios

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 1 de

**CONTROL Y REGISTRO DE LA
CAPACITACIÓN**

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 2 de 24

1. Introducción

El presente manual tiene como objetivo proporcionar a los trabajadores de la bodega La Hoyada los conocimientos básicos necesarios para actuar de manera eficaz en situaciones de emergencia y brindar ayuda inicial a personas que hayan sufrido algún tipo de accidente.

En muchas ocasiones, es posible que no haya personal de salud calificado disponible en el momento del incidente. Por esta razón, este manual se convierte en una herramienta esencial para capacitar a los trabajadores en técnicas de primeros auxilios, justificando plenamente su elaboración y publicación.

La enseñanza de los primeros auxilios busca desarrollar conocimientos fundamentales, así como actitudes y habilidades necesarias para:

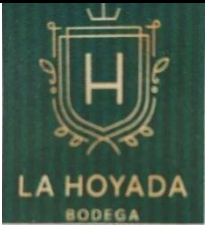
Reconocer la naturaleza de una lesión o emergencia.

Evaluar su gravedad.

Proporcionar una atención inicial adecuada que pueda marcar la diferencia en la evolución del accidentado hasta la llegada de asistencia médica profesional.

2. Principios generales del socorrismo

Los primeros auxilios son el conjunto de medidas y acciones inmediatas que se llevan a cabo con una persona accidentada o que sufre una enfermedad repentina, en el lugar mismo de los hechos, antes de recibir atención especializada.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 3 de 24

Diversos estudios demuestran que la resolución de una emergencia está directamente relacionada con el tiempo de respuesta del equipo sanitario y la correcta aplicación inicial de primeros auxilios en el sitio del incidente.

El socorrista representa el primer eslabón en la cadena de supervivencia que se activa ante una situación de emergencia, ya sea un accidente o una enfermedad repentina. Su actuación debe caracterizarse por:

- Evaluar la situación con calma, evitando actuar de forma precipitada.
- Reconocer las alteraciones vitales del afectado.

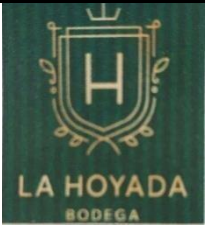
Actuar únicamente en base a conocimientos seguros, evitando prácticas inseguras o incorrectas.

Actuación ante una situación de emergencia: Método "P.A. S"

El método P.A.S. (Proteger, Avisar, Socorrer) es una guía esencial para actuar de forma segura y eficiente en una situación de emergencia. Este procedimiento asegura que las acciones realizadas sean efectivas, minimizando riesgos tanto para la víctima como para el socorrista.

- **Proteger**

La primera prioridad es garantizar la seguridad del accidentado, del socorrista y de las personas cercanas. Nunca se debe mover a la víctima a menos que exista un riesgo vital inminente (por ejemplo: explosión, presencia de gases tóxicos, derrumbe, contacto con electricidad o productos corrosivos).

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 4 de 24

Acciones clave:

Evaluar el entorno: Antes de actuar, inspeccionar cuidadosamente el área para identificar posibles peligros que puedan agravar la situación o poner en riesgo al socorrista.

Medidas de autoprotección: Usar equipos de protección personal siempre que sea posible, como guantes, mascarillas, gafas o protectores faciales.

Controlar el foco del peligro: Si hay una causa identificable, actuar directamente sobre ella.

- **Avisar**

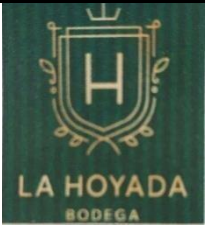
Contactar inmediatamente a los servicios de emergencia para que puedan intervenir con rapidez. La persona que realiza el aviso debe transmitir la información de forma clara y precisa, indicando:

Desde dónde se llama y el número de contacto.

Ubicación exacta del incidente, proporcionando referencias claras (calle, kilómetro, coordenadas).

Número de víctimas y, si es posible, describir su estado, lesiones o síntomas.

Características especiales de las víctimas, si aplica (por ejemplo, niños, embarazadas o personas con discapacidades físicas o psíquicas).

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 5 de 24

- **Socorrer**

Realizar una evaluación inicial de la víctima para priorizar las acciones necesarias. Es fundamental actuar con calma y conocimiento para no agravar las lesiones existentes.

Pasos para la evaluación y actuación:

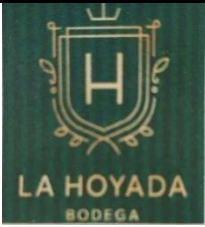
Comprobar el nivel de conciencia: Hablar con la víctima o estimularla ligeramente para verificar si responde.

Verificar la respiración: Observar el pecho, escuchar sonidos respiratorios y sentir el flujo de aire en la boca o nariz.

Identificar riesgos inmediatos y vitales: Priorizar la atención en situaciones críticas como:

- Paro respiratorio o cardíaco.
- Hemorragias intensas.
- Obstrucción de las vías respiratorias.



	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 6 de 24

Atender riesgos vitales inmediatos: La prioridad siempre será garantizar la supervivencia frente a amenazas como un paro respiratorio, hemorragia masiva o asfixia.

Prevenir complicaciones posteriores: Tomar precauciones para evitar agravar la lesión, como no mover innecesariamente a una persona con posible fractura de columna o extremidades.

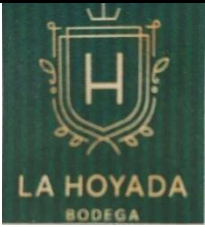
3. Soporte Vital Básico (SVB) / Reanimación Cardiopulmonar Básica (RCP)

El Soporte Vital Básico (SVB) comprende un conjunto de actuaciones esenciales para atender a personas en situaciones críticas como paradas cardiorrespiratorias, hemorragias graves, atragantamientos, pérdida de conciencia o traumatismos severos. Su objetivo principal es mantener una oxigenación mínima en los órganos vitales mediante maniobras realizadas sin el uso de equipamiento especializado.

La Reanimación Cardiopulmonar Básica (RCP) forma parte del SVB y se enfoca en suplir la función cardiaca y respiratoria de una persona que se encuentra en parada cardiorrespiratoria. Las principales técnicas incluyen compresiones torácicas externas y la respiración boca a boca.

3.1. Secuencia de acciones en el Soporte Vital Básico (SVB)

Al enfrentar una emergencia, es fundamental actuar con rapidez y siguiendo pasos estructurados para garantizar la seguridad del socorrista, la víctima y quienes se encuentren presentes.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 7 de 24

1. Pensar en la seguridad (Proteger)

Asegurar que el área sea segura antes de acercarse a la víctima.

Proteger a la persona afectada y a los demás de posibles riesgos adicionales.

2. Valoración del estado de conciencia

Comprobar si la víctima responde:

Agitar suavemente sus hombros y preguntar en voz alta: ¿Te encuentras bien?

- **Si la víctima responde:**

Mantenerla en la posición en la que se encuentra, asegurándose de que no haya peligro adicional.

Intentar determinar la causa del problema y buscar ayuda si es necesario.

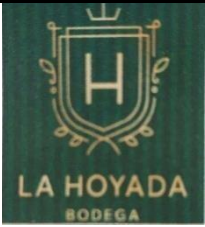
Realizar evaluaciones periódicas para verificar que su estado no empeore.

- **Si la víctima no responde:**

Colocar a la persona sobre su espalda en una superficie firme.

Proceder a abrir la vía aérea con la maniobra de extensión de la cabeza y elevación del mentón

Colocar una mano sobre la frente de la víctima e inclinar suavemente su cabeza hacia atrás.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 8 de 24

Con los dedos de la otra mano, levantar el mentón desde el borde inferior de la mandíbula.

3. Valoración de la ventilación (Socorrer)

Comprobar si la víctima respira:

Manteniendo la vía aérea abierta, mirar, oír y sentir si hay una respiración normal

-Mirar si el tórax se eleva.

-Oír sonidos respiratorios en la boca de la víctima.

-Sentir el flujo de aire en la mejilla del socorrista.

- **Si respira normalmente:**

Colocarla en posición lateral de seguridad y esperar la llegada de los servicios de emergencia.

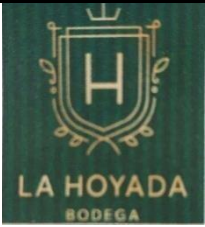
- **Si no respira o la respiración es anormal:**

Iniciar inmediatamente las maniobras de RCP:

Realizar compresiones torácicas con una frecuencia de 100-120 compresiones por minuto, combinadas con respiraciones de rescate según la técnica adecuada (30 compresiones por 2 ventilaciones).

Continuar hasta que llegue personal especializado o la víctima recupere signos vitales.

3.2 Actuación en los primeros minutos de una parada cardíaca y reanimación cardiopulmonar (RCP)

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 9 de 24

- **Respiración anormal: identificar y actuar**

En los primeros minutos de una parada cardíaca, la víctima puede presentar respiración insuficiente o emitir bocanadas ruidosas y poco frecuentes. Es fundamental no confundir esto con respiración normal.

Realizar la maniobra de “mirar, oír y sentir” durante no más de 10 segundos para determinar si la víctima está respirando normalmente.

Si hay dudas sobre si la respiración es adecuada, actuar como si no fuera normal.

- **Si la víctima respira normalmente**

Colocar a la víctima en posición lateral de seguridad (PLS):

Ayuda a mantener despejada la vía aérea y previene el riesgo de asfixia.

- **Pasos para la PLS**

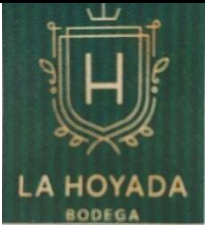
Arrodillarse junto a la víctima.

Asegurar que ambas piernas estén extendidas.

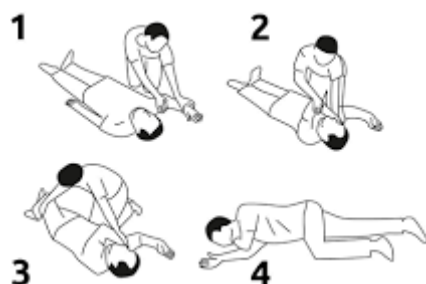
Flexionar en ángulo recto el brazo más cercano, con el codo doblado y la palma hacia arriba

Cruzar el brazo opuesto sobre el tórax y apoyar el dorso de la mano contra la mejilla más cercana al rescatador

Flexionar la pierna opuesta y girar suavemente a la víctima hacia el rescatador, tirando de la pierna flexionada mientras se empuja el hombro

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 10 de 24

Mantener la cabeza en extensión, apoyada en la mano superior de la víctima, para asegurar la apertura de la vía aérea



- **Otras acciones:**

Enviar a alguien a buscar ayuda o llamar a los servicios de emergencia.

Comprobar regularmente que la víctima sigue respirando normalmente.

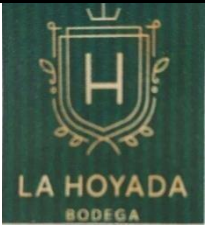
- **Reanimación cardiopulmonar (RCP): pasos fundamentales**

Si la víctima no respira o la respiración es anormal:

1. **Preparar a la víctima:** Colocar a la víctima en **decúbito supino** (boca arriba) sobre una superficie firme.

Arrodillarse al lado del tórax.

2. **Compresiones torácicas**

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 11 de 24

Colocar el talón de una mano en el centro del tórax y la otra mano encima, entrelazando los dedos.

Posicionar el cuerpo verticalmente sobre el tórax, manteniendo los brazos rectos.

Presionar con fuerza y rapidez, hundiendo el esternón 5-6 cm en adultos, a un ritmo de 100-120 compresiones por minuto (aproximadamente 2 por segundo).

Permitir que el tórax vuelva a su posición original entre cada compresión.

Respiraciones de rescate

Abrir la vía aérea mediante la maniobra frente-mentón.

Pinzar la nariz y sellar con los labios la boca de la víctima.

Soplar durante 1 segundo observando la elevación del tórax (respiración efectiva).

Realizar 2 respiraciones de rescate seguidas y continuar con las compresiones.

Ciclo de reanimación:

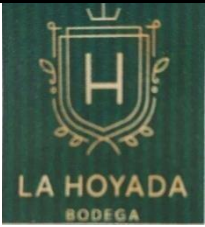
Alternar 30 compresiones **con** 2 respiraciones de rescate.

No interrumpir la RCP hasta que:

Llegue ayuda profesional.

La víctima muestre signos de vida.

El rescatador esté físicamente agotado

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 12 de 24

Aspectos clave en la RCP:

Si el tórax no se eleva durante la respiración de rescate:

Revisar la boca de la víctima para retirar obstrucciones visibles.

Comprobar la extensión correcta de la cabeza y la elevación del mentón.

Con más de un rescatador:

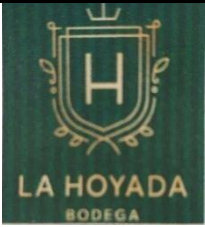
Alternar funciones cada 1-2 minutos para prevenir la fatiga.

Asegurar una transición rápida entre compresiones y respiraciones.



4.5. Hemorragias

Una hemorragia es la salida de sangre de los vasos sanguíneos, ya sea al exterior o dentro del cuerpo. Estas se clasifican en función del tipo de vaso afectado (arterial, venoso o capilar) o según el destino de la sangre, diferenciándose en externas, internas y exteriorizadas.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 13 de 24

El objetivo principal del socorrista es detener o minimizar la pérdida de sangre y evitar complicaciones graves, como el shock, especialmente en casos de hemorragias internas o exteriorizadas donde no se puede detener directamente el sangrado.

Clasificación de las hemorragias:

- a) **Hemorragias externas**
- b) **Hemorragias internas**

a) **Hemorragias externas**

Se producen cuando la sangre fluye al exterior a través de una herida. Estas hemorragias suelen ser más frecuentes en las extremidades, ya que son zonas expuestas donde las arterias pasan de manera superficial.

Actuación ante hemorragias externas:

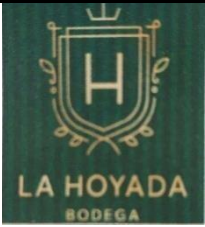
- **Elevación del miembro afectado:**

Colocar la extremidad o la cabeza a un nivel más alto que el corazón para reducir la presión sanguínea sobre la herida.

- **Compresión local:**

Con el herido tendido, presionar directamente sobre la herida con uno o dos dedos o con la palma de la mano, dependiendo del tamaño de la lesión.

- **Vendaje compresivo:**

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 14 de 24

Si la hemorragia se detiene, cubrir la herida con un vendaje firme que mantenga la presión.

- **Compresión a distancia**

Si el sangrado no se detiene, realizar compresión en puntos específicos cercanos a la herida, presionando el vaso contra el hueso:

- Cuello: carótida
- Hombro: retro clavicular
- Brazo: arteria humeral (cara interna del brazo)
- Muslo: arteria femoral (ingle)
- Pierna: arteria poplítea

Nota: Mantener la presión constante sin aflojar el punto de compresión.

- **Aplicación de torniquete:**

Solo si las medidas anteriores no son eficaces.

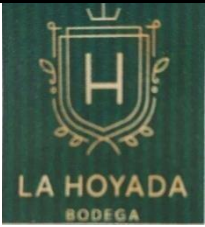
- **Condiciones para el uso del torniquete:**

Aplicarlo entre la herida y el corazón.

Usar una banda ancha (aproximadamente 5 cm).

Ajustar con la presión necesaria para detener el sangrado.

No aflojar el torniquete bajo ninguna circunstancia.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 15 de 24

Mantenerlo visible y etiquetado con el nombre del socorrista, hora y minuto de colocación.



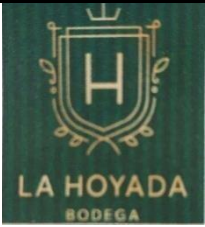
b) Hemorragias internas

Se producen dentro del organismo sin evidenciarse al exterior, aunque se pueden reconocer por los signos y síntomas de shock.

- **Definición de shock:**

Estado que resulta de una disminución del aporte sanguíneo a los tejidos, lo que lleva a una falta de oxigenación. Si no se actúa rápidamente, puede ser fatal.

Actuación ante hemorragias internas:

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 16 de 24

- **Colocación del accidentado:**

Tender al lesionado en posición horizontal, con la cabeza más baja que los pies, siempre que las lesiones lo permitan.

- **Monitoreo del estado del paciente:**

Observar signos de shock como:

- Palidez
- Sensación de sed
- Ansiedad
- Sensación de frío
- Taquicardia

Control de signos vitales:

Realizar Soporte Vital Básico (SVB) si fuera necesario.

- **Medidas adicionales:**

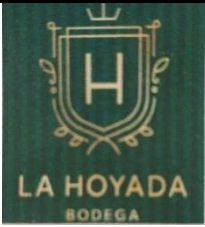
Aflojar prendas que compriman el cuerpo para facilitar la circulación.

No administrar líquidos ni alimentos por boca.

Abrigar al lesionado para mantener la temperatura corporal.

Tranquilizar a la víctima.

- **Evacuación urgente:**

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 17 de 24

El traslado debe realizarse lo más rápido posible a un centro de atención médica especializada.

4.6. Heridas

Se considera herida cualquier discontinuidad en un tejido, generalmente en la piel, como resultado de un traumatismo. Las heridas pueden afectar no solo a la piel, sino también a estructuras subyacentes como tendones, músculos, huesos y vasos sanguíneos.

Tipos de heridas y su actuación:

Heridas leves

Son aquellas que no presentan factores de gravedad. El objetivo principal del tratamiento es prevenir infecciones.

Actuación:

Evitar la contaminación:

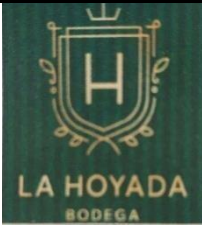
Lavarse las manos, usar guantes y material estéril o lo más limpio posible.

Desinfección:

Dejar que la herida sangre inicialmente.

Limpiar con agua y jabón desde el interior hacia el exterior de la herida.

Aplicar un antiséptico (preferiblemente povidona yodada).

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 18 de 24

Vendaje:

Si no hay riesgo de infección, dejar la herida al aire.

En ambientes contaminantes, cubrir con una gasa estéril.

Vacunación antitetánica:

Verificar el estado del calendario de vacunación del accidentado.

Heridas graves

Son aquellas que presentan factores de gravedad y que pueden estar asociadas con patologías más severas.

Actuación:

Evaluación primaria:

Comprobar signos vitales y realizar **Soporte Vital Básico (SVB)** si es necesario.

Evaluación secundaria:

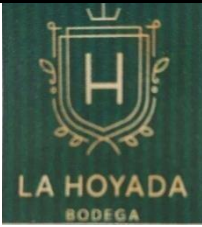
Tratar hemorragias, inmovilizar fracturas u otras lesiones asociadas.

Cubrir la herida:

Utilizar material estéril o lo más limpio posible.

Vacunación antitetánica:

Revisar y actualizar si es necesario.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 19 de 24

Evacuación:

Avisar al servicio de emergencias para el traslado a un centro médico.

Heridas en tórax

Pueden causar colapso pulmonar debido a la entrada de aire en la cavidad pleural.

Actuación:

Colocar al accidentado semi incorporado.

Si se sospecha afectación pulmonar, recostarlo sobre el lado herido con la cabeza y los hombros elevados.

Cubrir la herida con compresas estériles.

En caso de objetos clavados, no retirarlos; inmovilizar con almohadillado alrededor.

No administrar líquidos ni alimentos.

Solicitar traslado urgente al centro médico.

Heridas en Abdomen

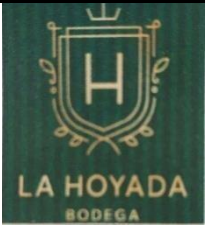
Estas pueden complicarse con hemorragias internas, lesiones viscerales o peritonitis.

Actuación:

Colocar a la víctima tumbada boca arriba con las piernas flexionadas.

Si hay vísceras expuestas, cubrirlas con apósitos húmedos sin intentar reintroducirlas.

En caso de objetos clavados, no retirarlos; inmovilizar con almohadillado.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 20 de 24

No administrar líquidos ni alimentos.

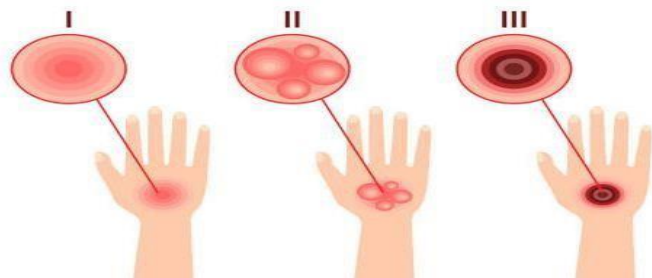
Avisar al servicio de emergencia para un traslado urgente.

4.7. Quemaduras

Las quemaduras son lesiones de la piel y otros tejidos causadas por exposición a calor, productos químicos, electricidad o radiación. Su gravedad depende de la extensión, profundidad, zona afectada y las características del accidentado.

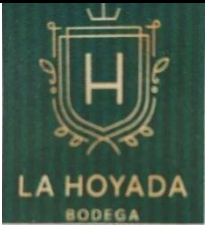
Clasificación de las quemaduras:

- **Primer grado:** Enrojecimiento de la piel (eritema).
- **Segundo grado:** Formación de ampollas llenas de líquido claro (flictena).
- **Tercer grado:** Carbonización de la piel, pudiendo afectar músculos, vasos y huesos.



Actuación general ante quemaduras:

Eliminar la causa: Si la ropa está en llamas, envolver al accidentado en una manta o hacerlo rodar por el suelo.

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 21 de 24

Enfriar la zona: Rociar con agua durante 15-20 minutos (excepto quemaduras químicas).

Retirar objetos: Cortar la ropa sin tirar de ella si está adherida. Retirar anillos, pulseras o relojes para prevenir problemas circulatorios.

Proteger la quemadura: Cubrir con sábanas limpias o compresas estériles.

Evitar presión: No ejercer presión sobre las áreas quemadas.

Posición del quemado: Colocar al accidentado en posición adecuada según las zonas afectadas.

No dar de comer ni beber.

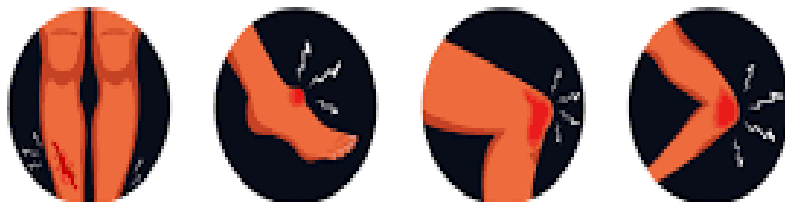
Vacunación antitetánica: Revisar el calendario de vacunación.

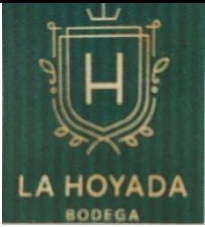
Evacuación urgente: Avisar al servicio médico y trasladar al paciente de inmediato.

5. Contusiones, luxaciones, esguinces y fracturas

5.1. Contusión:

Lesión causada por impacto que no rompe la piel, pero puede dañar tejidos subyacentes (hematomas, edemas, aplastamientos).



	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 22 de 24

Actuación:

Aplicar frío local envuelto en un paño.

Elevar la extremidad si está afectada.

Inmovilizar en caso de aplastamiento intenso.

5.2. Esguince:

Separación momentánea de las superficies articulares con daño en los ligamentos.

Actuación:

Inmovilización de la articulación.

Reposo absoluto y elevación de la zona.

Aplicar frío durante las primeras 36-48 horas.

5.3. Luxación:

Separación permanente de las superficies articulares acompañada de desgarros ligamentarios.

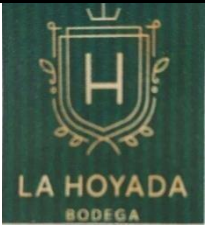
Actuación:

Aplicar frío local.

No movilizar la extremidad y mantenerla como esté.

Solicitar traslado a un centro médico.

5.4. Fractura:

	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 23 de 24

Fractura cerrada:

No mover al accidentado a menos que sea necesario.

Aplicar frío local.

Evitar movimientos bruscos.

Inmovilizar la extremidad desde el punto de fractura y las articulaciones cercanas.

Fractura abierta:

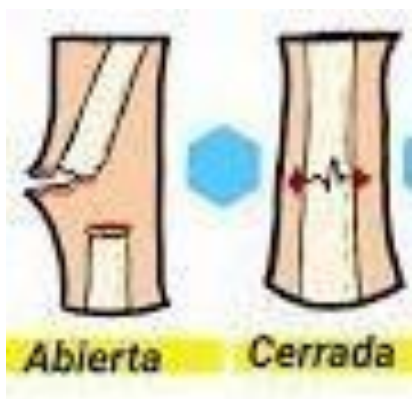
No reintroducir el hueso.

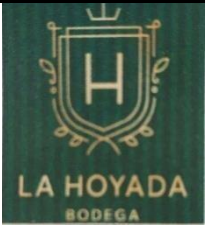
Contener hemorragias y cubrir la herida con gasas estériles.

Mover lo mínimo posible e inmovilizar.

Vigilar signos vitales y realizar soporte vital básico si es necesario.

Solicitar traslado urgente



	INSTRUCTIVO DE TRABAJO	CÓDIGO: BLH-MPA-01
		FECHA: 7/10/2024
	MANUAL BASICO DE PRIMEROS AUXILIOS	VERSIÓN: 01
		PAGINA: 24 de 24

6. Un botiquín de primeros auxilios debe estar disponible en el lugar de trabajo y contener al menos

- Agua oxigenada.
- Solución salina (suero fisiológico).
- Antisépticos (povidona yodada, clorhexidina).
- Gasas estériles.
- Alcohol
- Algodón

Elaboro:	Reviso:	Aprobó:
Firma:	Firma:	Firma:
Fecha:	Fecha:	Fecha:

Anexo 25: Análisis de costos

- Costo operativo anual de higiene

Año	Monitoreos	Mantenimiento luminarias	Mantenimiento Ventiladores	Mantenimiento de máquinas que generan ruido	Costo total (bs)
1	2.890	250	150	200	3.490
2	2.890	250	150	200	3.490
3	2.890	250	150	200	3.490

Fuente: Elaboración propia, en base investigaciones

- Costo operativo de seguridad

Año	Reposición de EPP	Recarga de extintores	Costo por capacitaciones	Mantenimiento de máquinas que generan ruido	Costo total (bs)
1	3.230	300	1.320	200	5.050
2	3.294,6	300	1.320	200	5.114,6
3	3.360,5	300	1.320	200	5.180,5

Fuente: Elaboración propia en base investigaciones

- Costo de operativos total de seguridad e higiene

Año	Costo operativo total higiene	Costo operativo total seguridad	Costos operativos total
1	3.490	5.050	8.540
2	3.490	5.114,6	8.604,6
3	3.490	5.180,5	8670,5

Fuente: Elaboración propia, en base investigaciones. (2024)

Anexo 26: Cotización de monitoreos con especialista de Seguridad y Salud en el trabajo.

10 DE DICIEMBRE DE 2024

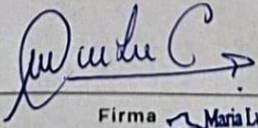
Cotización de monitoreos de Seguridad Y Salud en el Trabajo

ING. MARÍA LUZ CÁCERES
ESPECIALISTA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

EMPRESA
Bodega La Hoyada
Barrio Morros Blancos.
Calle Fray Quebracho
Teléfono : 61869416

Descripción	Numero de puntos a medir	Precio unitario	Precio TOTAL
Iluminación	25	50 Bs	1.250,00Bs
Ruido Sonometría	2	120 Bs	120,00 Bs
Ventilación	4	120 Bs	320,00 Bs
Estudio de Carga de fuego	1	120 Bs	1.200,00 Bs
Ergonomía	1	120 Bs	240,00 Bs

Son: Dos mil ochocientos noventa TOTAL: 2.890,00 Bs


Firma **Maria Luz Caceres Martinez**
SIB ING. QUIMICO
R.N.L. 13.424
SOCIEDAD DE INGENIEROS DE BOLIVIA

Anexo 27: Proforma de extintores y señalética.



PROFORMA

Tarija, 24-03-2025

Señores

BODEGA LA HOYADA

Solicitud de acuerdo a Ref.: VENTA DE EXTINTORES

Plazo de Entrega 2 DIAS HABILES	Forma de Pago El Total Anticipado A Pedido	Validez de la Oferta 5 días
---	---	---------------------------------------

ITEM	CANT	DESCRIPCION	P UNIT. EN BS.	P TOT. EN BS.
1	4	Extintor de 10 Kg. Tipo PQS-ABC., con soporte metálico, una señalética e instalación incluido.	1800.00	1800.00
2	1	Alarma de incendio	500.00	500.00
3	1	Señalética de tamaño según norma. A2:42x59,4	30.00	30.00
4	1	Señalética de tamaño según norma. 30x15	40.00	40.00

TOTAL 2.370,00

**NOTA: INCLUYE IMPUESTOS DE LEY.
SE OTORGA 1 AÑO DE GARANTÍA POR CADA EXTINTOR.**


Lic. Fernando Villanueva Coca
enlace
- COMERCIAL -
SERVICIO EXTINTORES TARIJA
Fernando Villanueva Coca
GERENTE GENERAL. ALENALCE COMERCIAL

Av. Las Américas entre 6 de junio y Galindo Telf.: 6655062 - Cel. 76180035
E-mail.: servicioextintorestarija@gmail.com

Anexo 28: Cotización de equipo de protección personal

BARRIENTOS HINOJOSA JOSE
CASA MATRIZ
No. Punto de Venta
CALLE PANDO EDIF.: GALERIA GENESIS
PISO: 8 DEPTO.: SEGUNDO DEPARTAMENTO ZONA/BARRIO:
MERCADO CAMPESINO
SUCRE


NIT 7537486010
CÓD. AUTORIZACIÓN 203BC583A22C41DF3
A48FB0FFFA97DD8C
268E896CE27F41177
7B871F74

COTIZACIÓN

Fecha: 24/02/2025 12:31 p. m.
Nombre/Razón Social: BODEGA LA HOYADA

CÓDIGO PRODUCTO / SERVICIO	CANTIDAD	UNIDAD DE MEDIDA	DESCRIPCIÓN	PRECIO UNITARIO	DESCUENTO	SUBTOTAL
P23	6	Piezas	BOTAS INDUSTRIALES DE TRABAJO CON PUNTA DE ACERO	200.00	0.00	1200.00
P20	6	Piezas	CASCOS BLANCOS DE SEGURIDAD	40.00	0.00	240.00
P62	6	Piezas	CAMISAS DE SEGURIDAD INDUSTRIAL DE TELA JEANS	80.00	0.00	480.00
P63	6	Piezas	PANTALON DE SEGURIDAD INDUSTRIAL DE TELA JEAN	80.00	0.00	480.00
P31	6	Piezas	BOTAS DE AGUA	70.00	0.00	420.00
P38	2	Piezas	BATA BLANCA	25.00	0.00	50.00
P75	4	Piezas	GUANTES DE TRABAJO DE LANA CON PALMA ENGOMADA AZATEX NARANJAS	10.00	0.00	40.00
P79	1	Caja	GUANTES DE LÁTEX (CAJA 50 UNIDADES)	30.00	0.00	30.00
SUBTOTAL Bs						2940.00
DESCUENTO Bs						0.00
TOTAL, Bs						2940.00

Son: Dos mil novecientos cuarenta bolivianos


Lic. Mayra S. Paz Abán
ANALISTA DE VENTAS
FIRMA

Anexo 29: Cotización de importación de maquinaria.

	MERCANTEGLOBAL mercanteglobal.AD@gmail.com	COTIZACION N. 2997
Cliente: Bodega La Hoyada		Fecha: 20-01-2025
Dirección: Barrio Morros Blancos, calle Fray Quebracho		
Teléfono: 61869416		
Vendedor: Lic. Raúl Marcelo Miranda Guerra		
Validez de cotización: 10 días		

COSTO DE LA IMPORTACION DE LA BASCULA DE EJE PORTATIL DIGITAL Y MAQUINA CINTA TRASPORTADORA	
DETALLE	\$US
VALOR DE LA MERCADERIA EN CHINA	1,800.00
DESPACHO DE IMPORTACION	1,119.30
FLETE: JIANSU, CHINA- TARIJA, BOLIVIA	1,800.00
TOTAL, PAGOS:	4,719,30

NOTA: EL MONTO DEL FLETE Y OTROS GASTOS ES VARIABLE, EL MONTO DEFINITIVO SE CALCULARÁ A MOMENTO DEL EMBARQUE, ESTO AFECTARÁ LA LIQUIDACION DE ATRIBUTOS.



Lic. Raúl Marcelo Miranda Guerra
GERENTE GENERAL
Lic. Raúl Marcelo Miranda Guerra
GERENTE GENERAL


Recibí Conforme

MERCANTE GLOBAL Agencia despachante de Aduana

Anexo 30: Solicitud de cotización de maquinaria para control de ingeniería.

Solicitud de Cotización

Solicitante: Bodega La Hoyada

Descripción del producto solicitado:

- **Producto:** Báscula de ejes portátil
- **Empresa:** Changzhou Yes Weighing Technology Co.,Ltd
- **Lugar de Origen:** Jiangsu, China
- **Email:** JOYCE@yasscale.com
- **Marca:** YESSCALE

Link:

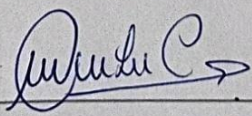

https://www.alibaba.com/product-detail/YESSCALE-Portable-Truck-Axle-Load-Scale_1601212715365.html?spm=a2700.galleryofferlist.p_offer.d_price.391c13a0o6d9zf&s=p

Descripción del producto solicitado:

- **Producto:** Máquina automática del transportador de correa de PVC con velocidad ajustable
- **Empresa:** Xuzhou YCH Automation Technology Co.,Ltd
- **Lugar de Origen:** Jiangsu, China
- **Email:** info@ychauto.com
- **Marca:** YCHAUTO

https://www.alibaba.com/product-detail/Small-Stainless-Steel-Industrial-PVC-Inclined_11000005356384.html?spm=a2700.galleryofferlist.normal_offer.d_price.35c413a02TX41Z

Anexo 31: Proforma de capacitaciones con especialista de Seguridad y Salud.

10 DE DICIEMBRE DE 2024 Cotización de capacitación DE Seguridad y Salud en el Trabajo		PROFORMA	
ING. MARÍA LUZ CÁCERES ESPECIALISTA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO		EMPRESA Bodega La Hoyada Barrio Morros Blancos. Calle Fray Quebracho Teléfono : 61869416	
Descripción	Cantidad	Precio unitario	Monto
Capacitación Matriz de identificación de Peligros y Evaluación de Riesgos IPER	2 Hrs	120 Bs	240 Bs
Capacitación en seguridad y salud ocupacional	2 Hrs	120 Bs	240 Bs
Capacitación en Ergonomía	2 Hrs	120 Bs	240 Bs
Capacitación en primeros auxilios	2 Hrs	120 Bs	240 Bs
Capacitación en extintores	2 Hrs	120 Bs	240 Bs
TOTAL:			1320 Bs
<div> Firma </div>			

Anexo 32: Costos por multas según la Resolución Ministerial, 1444/23

SEGUNDO. - Toda infracción a ley social, debe ser identificada de manera individual especificando la norma, cláusula o disposición social o laboral infraccionada, independiente una de otra, y cada infracción a ley social será sancionada también de manera individual con la imposición de multa de acuerdo al número de trabajadores, fin para el cual se **APRUEBA** la siguiente **“ESCALA DE APLICACIÓN DE MULTAS POR INFRACCIÓN A LEY SOCIAL”**:

NÚMERO DE TRABAJADORES	MONTO DE LA MULTA EN BS POR CADA INFRACCIÓN
1 a 10	1.000
11 a 20	2.000
21 a 30	3.000
31 a 40	4.000
41 a 50	5.000
51 a 60	6.000
61 a 70	7.000
71 a 80	8.000
81 a 90	9.000
91 en adelante	10.000

Anexo 33: Montos de indemnización según Ley general del trabajo

Artículo 94°.- En caso de muerte, la indemnización será equivalente a dos años de salarios, por meses de treinta días, pagadera de una sola vez.

Artículo 95°.- En caso de incapacidad absoluta y permanente, la indemnización, pagadera en una sola vez, será equivalente al salario de dos años contados por meses de 30 días.

Artículo 96°.- En caso de incapacidad absoluta y temporal, la indemnización será igual al salario íntegro del tiempo que dure la incapacidad, siempre que no excediere de un año; si excediere de un año, se reputará absoluta y permanente, indemnizándose como tal, descontando los salarios pagados hasta la fecha de la calificación definitiva.

Artículo 97°.- En caso de incapacidad parcial permanente, la indemnización máxima será de 18 meses de salarios. La cuantía de la indemnización se determinará sobre la base del porcentaje fijado en el artículo 91 de este Reglamento.

Las incapacidades parciales y permanentes no clasificados serán valorados sujetándose, en lo posible, a la tabla de valoración anteriormente indicada, cuando ellos afecten a los órganos indicados de dicha tabla. Para otros casos, y a falta de común acuerdo de partes, el Juez del Trabajo lo determinará con dictamen del Médico Asesor.

Artículo 98°.- En caso de incapacidad parcial y temporal, la indemnización será igual al salario íntegro del tiempo que dure la incapacidad, siempre que no excediere de seis meses.

Si, excediere de seis meses, se reputará parcial permanente, indemnizándose como tal descontando los salarios pagados hasta la fecha de la calificación definitiva.

Artículo 99°.- La indemnización se calculará conforme al artículo 91 de la Ley, sobre la base del salario promedial percibido durante los últimos noventa días precedentes al día del accidente o a la declaratoria de la enfermedad. En caso de que el tiempo de servicios hubiera sido inferior, se tomará el promedio de los días trabajados.

Artículo 100°.- Se fija en ochenta bolivianos por día y veinticuatro mil bolivianos por año, el monto máximo indemnizable de salario, a los efectos de la Ley. Los trabajadores cuyo salario excediere de estas cifras, no tendrán derecho a indemnización sino hasta la concurrencia de las mismas.

Artículo 101°.- En ningún caso, las indemnizaciones se computarán sobre un salario inferior al mínimo legal. Sobre la base de este salario mínimo, se ajustará la indemnización que corresponde a todo aprendiz que perciba un salario menor. Mientras se determine el salario mínimo, las indemnizaciones a los aprendices se fijan sobre la base de quince bolivianos diarios; si tuviesen un salario convencional mayor, éste se tomará en cuenta para el mismo objeto.