



**Tecnología Superior en Gestión del Talento  
Humano**

**Título de la propuesta: Manual de Salud y Seguridad  
Ocupacional en la empresa ASOPROTEXDIJUN.**

**Trabajo de titulación presentado como requisito  
previo para optar por el título de Tecnólogo/a Superior  
en Gestión del Talento Humano**

**AUTORA: Delgado Capilla, Lucia Mercedes.**

**TUTOR: Dr. Espinosa Arregui, Kevin**

**DMQ- Marzo-2023**

## **CERTIFICADO DEL TUTOR**

En el Instituto Superior Tecnológico “Universitario Pichincha”, es presentado por la ciudadana LUCIA MERCEDES DELGADO CAPILLA, optar por el título de Tecnóloga en Gestión de Talento Humano, CERTIFICO que dicho proyecto ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometidos a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.

Atentamente

Espinosa Arregui, Kevin

keespinosa@tecnologicopichincha.edu.ec

Cédula de identidad: 0200758431

## **DECLARACIÓN DE IDONEIDAD**

Yo, LUCIA MERCEDES DELGADO CAPILLA, manifiesto bajo juramento que el trabajo es realizado de mi autoría, que no ha sido anteriormente presentado para ningún Proyecto de Grado o en otra institución o calificación profesional y son absolutamente originales, auténticos y personales; y que, además, he referido las fuentes bibliográficas que se incluyen en este documento.

A través de la presente certificación cedo los derechos de propiedad intelectual correspondientes a este trabajo, para el aprovechamiento de futuras generaciones.

**Lucia Mercedes Delgado Capilla**

**C.I 1750900613**

**Correo: lucia.delgado.c@outlook.com**

**Teléfono móvil: 0969796018**

## **DEDICATORIA**

Dedico con todo mi corazón mi tesis de manera especial a mi hija, Paulette Piaun, ella ha sido mi motor y fuerza para la construcción de mi vida profesional, logrando enfocarme más en mis perspectivas, asumiendo responsabilidades y deseos de superación, tu afecto y cariño son los detonantes de mi felicidad para seguir adelante hija mía y con la bendición de Dios se esta logrando.

A mi madre, Mery Capilla, por su ayuda condicional ha sido fundamental, ya que sin ella no lo había logrado, muchos de mis logros están dedicados a mi madre por que ha estado conmigo en los momentos más difíciles de mi vida, motivándome y alentándome a seguir adelante, por un mejor futuro para mí y mi hija.

**Lucia Delgado**

## **AGRADECIMIENTO**

Doy gracias a Dios, porque me ha dado la inteligencia y confianza en mí para culminar este proyecto que empecé hace dos años, ya que sin el nada es posible. Mi profundo agradecimiento al Instituto Superior Tecnológico Universitario Pichincha, por transmitir grandes conocimientos logrando instruirme de mis estimados docentes que son excelentes profesionales.

A mi tutor, Kevin Espinoza, por ser un excelente docente y ser humano, mi agradecimiento profundo por su trabajo arduo, incondicionalmente en esta etapa final de mi carrera profesional, porque ha impartido conocimientos, enseñanzas y consejos que me permitieron culminar con este sueño anhelado de mi carrera profesional.

**Lucia Delgado**

## RESUMEN

La investigación se lleva a cabo en la empresa ASOPROTEXDIJUN, mediante la encuesta a los colaboradores internos. Durante la recolección de información se obtiene resultados evidentes, principalmente la falta de un Manual de Salud y Seguridad Ocupacional, ocasionando problemas de estrés laboral, enfermedades profesionales que pueden aparecer al pasar el tiempo, riesgo en los sitios de trabajado.

Al implementar el presente manual, nos ayudara a adoptar medidas preventivas para la prevención de riesgos laborales que afectaran a la salud y bienestar de los colaboradores, mantener en buen estado las instalaciones y materiales para un trabajado seguro.

El trabajo de investigación se estructura en tres capítulos:

**El capítulo I** se evidencia el Marco Teórico y conceptos que permitan comprender con exactitud cuales son los pasos a desarrollar el Manual de Salud y Seguridad Ocupacional.

**El capítulo II** se detalla el Marco Metodológico, se describe las técnicas y los procedimientos para resolver el problema, lo cual se realizó una investigación de campo por medio de una encuesta a los colaboradores internos de la empresa, permitiendo conocer más afondo cuales son los problemas que existen en la empresa.

**El capítulo III** se desarrollar la propuesta, de un Manual de Seguridad y Salud Ocupacional en la empresa ASOPROTEXIJUN.

Se utiliza herramientas de investigación como: ENCUESTA, ANALISIS FODA Y OBSERVACIÓN DE CAMPO, obteniendo resultados precisos, favorables, para la implementación de la propuesta en base a las necesidades de la empresa de su crecimiento y mejora continua.

### **Palabras Claves:**

- Riesgos
- Enfermedades profesionales
- Manual
- Industria
- Seguridad
- Salud Ocupacional.

## ABSTRACT

The investigation is carried out in the company ASOPROTEXDIJUN, through the survey of internal collaborators. During the collection of the information, evident results are obtained, mainly the lack of a Safety and Health Manual at Work, causing problems of work stress, occupational diseases that can occur over time, risk in the workplace.

The implementation of the manual will help us adopt the necessary measures to prevent risks that may affect the health and well-being of collaborators, in keeping the facilities and materials in good condition for safe work.

The research work is structured in three chapters:

**Chapter I** shows the Theoretical Framework and the concepts that allow a precise understanding of the steps to develop the Occupational Health and Safety Manual.

**Chapter II** details the Methodological Framework, describes the techniques and procedures for solving the problem, for which a field investigation was carried out through a survey of the company's internal collaborators, allowing us to know more in depth what the problems are that exist in the company.

**Chapter III** developed the proposal for an Occupational Health and Safety Manual in the company ASOPROTEXIJUN.

### **Keywords:**

- Risks
- Occupational diseases
- Manual
- Industry
- Security
- Occupational health.

## INDICE

CERTIFICADO DEL TUTOR .....	2
DECLARACIÓN DE IDONEIDAD .....	3
DEDICATORIA .....	4
AGRADECIMIENTO .....	5
RESUMEN .....	6
ABSTRACT.....	7
ÍNDICE DE FIGURAS.....	13
INTRODUCCIÓN .....	14
Tema .....	14
Planteamiento del problema.....	14
Causas del problema .....	14
Pronóstico del problema .....	15
Formulación del problema .....	15
Los colaboradores se encuentran expuestos a factores de riesgos ergonómicos, que causan estrés, fatiga laboral, movimientos repetitivos y posturas inadecuadas en los puestos de trabajo.....	15
Líneas y sublíneas de investigación.....	15
Objetivos del proyecto .....	15
Objetivo general.....	15
Objetivos específicos .....	16
Idea a defender .....	16
Justificación .....	16
Presupuesto .....	17
Los Ejes del Proyecto integrador .....	17
CAPITULO 1.....	20
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	20
Marco Referencial.....	20

	9
Historia.....	20
Misión .....	20
Visión.....	20
Logo .....	21
Valores .....	21
<b>MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>22</b>
Glosario de Términos:.....	22
Concepto de Salud y Seguridad Ocupacional .....	24
Concepto de Manual .....	24
Tipos de manuales.....	25
Concepto de Salud .....	25
Concepto de Reglamento .....	25
Concepto de Seguridad Ocupacional.....	26
Concepto de Accidente .....	26
Concepto de Ergonomía.....	26
Concepto de Daño.....	26
Concepto de Peligro .....	26
Concepto de Eficiente .....	26
Concepto de Eficaz .....	26
Concepto de Industria Textil.....	26
Sectores de la industria textil .....	27
Maquinaria para la confección.....	27
Proceso de confección de prendas. ....	27
Enfermedad Ocupacionales .....	28
Riesgos Laborales: .....	28
Tipos de Riesgos Laborales .....	29
Equipos de protección Personal .....	29
<b>MARCO LEGAL.....</b>	<b>30</b>

	10
Constitución de la República .....	30
Código del Trabajo .....	30
INSTRUMENTO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO .....	30
DECRETO EJECUTIVO 2393.....	30
El Decreto Supremo N° 594. ....	30
MARCO TEMPORO ESPACIAL.....	31
Temporal .....	31
Espacial .....	31
Macro localización .....	31
Micro localización .....	31
CAPÍTULO II .....	32
DIAGNÓSTICO SITUACIONAL .....	32
Marco metodológico: .....	32
Orientación en la investigación:.....	32
Modalidad de investigación: .....	32
Diseño de investigación: .....	33
Nivel o tipo de investigación: .....	33
Nivel Descriptivo. ....	33
Métodos de investigación .....	33
Población y muestra .....	34
Instrumento para recopilación de datos .....	34
Fuentes de investigación .....	34
ANÁLISIS SITUACIONAL .....	34
Análisis FODA.....	35
Análisis Interno .....	36
Encuesta .....	36
Procesamiento de datos.....	37
Análisis e interpretación de resultados .....	37

	11
CAPITULO III.....	48
PROPUESTA.....	48
Introducción .....	48
Objetivo General .....	48
Objetivo Específico.....	48
Normas Generales del manual. ....	48
Condiciones óptimas del Entorno Laboral: .....	50
Señalización .....	51
Medidas preventivas para el buen uso del extintor.....	54
Como usar el extintor de incendios.....	54
Equipos de protección personal. ....	55
Herramientas manuales y máquinas textiles .....	57
Riesgos laborales en una empresa textil .....	59
Manipulación de Cargas .....	64
Jornada Laboral.....	64
Riesgos Ergonómicos .....	65
CONCLUSIONES .....	68
RECOMENDACIONES.....	69
BIBLIOGRAFIA .....	70
ANEXOS: .....	71
Anexo 1. Fotografía del área de confección. ....	71
Anexo 2. Fotografía del área de Corte y Trazo.....	71
Anexo 3. Fotografía de espacios limitados.....	71

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

TABLA 1 .....	15
TABLA 2 .....	17
TABLA 3 MATRIZ FODA .....	35
TABLA 4 CAPACITACIÓN EN SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL .....	38
TABLA 5 MOLESTIAS FÍSICAS O DOLORES DE ESPALDA .....	39
TABLA 6 EXPUESTO ALGÚN RIESGO O ACCIDENTE DE TRABAJO.....	40
TABLA 7 LABORAN MÁS DE 8H .....	41
FIGURA 7 8 LABORAN MÁS DE 8H. ....	41
TABLA 9 CAPACITACIÓN SOBRE ERGONOMÍA, EN EL USO DE MAQUINARIA TEXTIL.....	42
TABLA 10 CÓMO SENTARSE ADECUADAMENTE EN SU TRABAJO. ....	43
TABLA 11 PROTECCIÓN PERSONAL ADECUADA. ....	44
TABLA 12 RELACIÓN CON SU JEFE INMEDIATO. ....	45
TABLA 13 TABLA 13 ACTIVIDADES REPETITIVAS QUE CAUSEN MOLESTIA. ....	46
TABLA 14 REGLAMENTO INTERNO DE SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL. ....	47
TABLA 15 .....	51
TABLA 16 .....	53
TABLA 17 .....	55
TABLA 18 .....	56
TABLA 19 .....	57
TABLA 20 .....	57
TABLA 21 .....	59
TABLA 22 .....	64
TABLA 23 .....	65
TABLA 24 PROGRAMA DE CAPACITACIÓN DEL MANUAL DE SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL.....	67

## ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1.....	21
FIGURA 2.....	29
FIGURA 3.....	31
FIGURA 4 CAPACITACIÓN EN SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL.....	38
FIGURA 5 MOLESTIAS FÍSICAS O DOLORS DE ESPALDA.....	39
FIGURA 6 EXPUESTO ALGÚN RIESGO O ACCIDENTE DE TRABAJO.....	40
FIGURA 7 7LABORAN MÁS DE 8H. ....	41
FIGURA 8. CAPACITACIÓN SOBRE ERGONOMÍA, EN EL USO DE MAQUINARIA TEXTIL.....	42
FIGURA 9. CÓMO SENTARSE ADECUADAMENTE EN SU TRABAJO.....	43
FIGURA 10. PROTECCIÓN PERSONAL ADECUADA.....	44
FIGURA 11 RELACIÓN CON SU JEFE INMEDIATO.....	45
FIGURA 12 ACTIVIDADES REPETITIVAS QUE CAUSEN MOLESTIA.....	46
FIGURA 13 REGLAMENTO INTERNO DE SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL. .....	47
FIGURA 14 ICONOS DE SEGURIDAD PARA EL ÁREA DE CONFECCIÓN DE LA EMPRESA ASOPROTEXDIJUN.....	52
FIGURA 15: COMO UTILIZAR EL EXTINTOR.....	54
FIGURA 16 MANEJO CORRECTO DE CARGAS.....	64

## INTRODUCCIÓN

### **Tema**

Manual de Salud y Seguridad Ocupacional en la empresa ASOPROTEXDIJUN.

### **Planteamiento del problema**

Las industrias textiles tienen un gran desarrollo y competitividad en el mercado, deben acogerse a reglamentos y normas con el propósito de reducir los riesgos laborales y enfermedades profesionales, tener un ambiente laboral seguro y el mejoramiento continuo, en la empresa.

ASOPROTEXDIJUN se puede identificar riesgos físicos, psicológicos y las medidas preventivas aplicarse en el puesto de trabajo, que pueden presentar a largo plazo por no contar con una manual de salud y seguridad ocupacional.

La empresa textil ASOPROTEXDIJUN tiene como factor importante la mano de obra para alcanzar el éxito en cada colaborador, es importante la capacitación con los colaboradores que deben recibir con el propósito de incrementar los niveles de eficiencia y productividad.

Como es importante la mano de obra, se debe aplicar las normas de seguridad, medidas preventivas, en sus puestos de trabajo, es evidente que las empresas actuales aplican todas las normas de seguridad para generar mayor productividad y crecimiento organizacional.

### **Características del problema**

- Los colaboradores no cuentan con la ergonomía adecuada para el desarrollo de su trabajo.
- Los colaboradores no se sienten a gusto trabajando.
- No existe bienestar en los puestos de trabajo por el espacio limitado.

### **Causas del problema**

- Considero que la empresa no cuenta con un manual de Salud y Seguridad Ocupacional.
- Considero que no tiene diseñados los puestos de trabajo, ocasionando problemas de salud.
- Existe mucha carga laboral e incomodidad ocasiona estrés, por no contar con la ergonomía adecuada, para el desarrollo de sus actividades.

### **Pronóstico del problema**

Los colaboradores están expuestos a los riesgos laborales.

Problemas en su salud a largo plazo.

Puede generar pérdidas económicas, en la empresa

### **Formulación del problema**

Los colaboradores se encuentran expuestos a factores de riesgos ergonómicos, que causan estrés, fatiga laboral, movimientos repetitivos y posturas inadecuadas en los puestos de trabajo.

### **Líneas y sublíneas de investigación**

#### ***Tabla 1***

*Líneas y sublíneas de investigación.*

<b>Línea de investigación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Garantizar la soberanía nacional, integridad territorial y seguridad del Estado.</b></li> </ul>
<b>Sublíneas de investigación</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Política: Fortalecer al Estado para mantener la confidencialidad, integridad y disponibilidad de la información frente a amenazas provenientes del ciberespacio y proteger su infraestructura crítica.</li> </ul>

**Fuente:** Tecnólogo Universitario Pichincha

### **Objetivos del proyecto**

#### **Objetivo general**

Desarrollar un manual de Salud y Seguridad Ocupacional para la empresa ASOPROTEXDIJUN, enfocado a la prevención de enfermedades profesionales y protección a los trabajadores de los riesgos que se encuentran presentes en el ambiente donde ejercen su labor.

### **Objetivos específicos**

- Respaldo teóricamente el manual de Salud y Seguridad Ocupacional de riesgos laborales, basando en fuentes bibliográficas actualizadas para la correcta aplicación en la empresa ASOPROTEXDIJUN.
- Identificar los principales riesgos que afectan a los trabajadores de la empresa ASOPROTEXDIJUN, mediante evaluaciones que se establezca la necesidad de un Manual de Salud y Seguridad Ocupacional de riesgos laborales en la empresa.
- Presentar instrucciones o lineamientos orientadas a la reducción de los riesgos laborales de la empresa ASOPROTEXDIJUN, examinando los accidentes frecuentes que pueden presentarse en los trabajadores.

### **Idea a defender**

Mejorar la salud y bienestar de los colaboradores en su puesto de trabajo, incrementando el compromiso y la motivación al realizar las actividades desempeñadas, reduciendo los riesgos laborales, que puedan suceder en las jornadas, con la maquinaria adecuada para cada área.g

### **Justificación**

Porque la empresa ASOPROTEXDIJUN no cuenta con un Manual de Salud y Seguridad Ocupacional, para el desarrollo de su trabajo, ocasionando incomodidades en los trabajadores, las inadecuadas posturas y movimientos repetitivos, que a largo plazo afectaran a su salud físicamente, causando ineficiencia en el trabajo, y baja productividad en la empresa, que debe ser enfocado en resguardar la salud e integridad de las mismas.

La empresa debe velar por la salud, bienestar y comodidad de los colaboradores, que se sientan a gusto de trabajar en un buen ambiente laboral, con la ergonomía adecuada, que no sean más visto como un objeto de trabajo, sino como el pilar fundamental de la empresa para impulsarles a su crecimiento, velando por los derechos y obligaciones que debe cumplir los colaboradores.

Crear un manual para identificar, medir y evaluar riesgos que pueden presentarse en la empresa, mediante la información actualizada, a cada una de las áreas de trabajo que se encuentra cada colaborador, por medio de capacitaciones, evaluaciones para su aplicación y conocimiento previo a ser aplicado para reducir riesgos y enfermedades profesionales que afectan a la salud.

Los beneficiarios serían los colaboradores administrativos y proactivos, los beneficios al aplicar este manual será mejorar la comodidad en ambientes de trabajo, elevar la

productividad del trabajador, logrando disminuir la fatiga y estrés, con la ayuda del mismo que permite tener información a primera mano de los aspectos a mejorar en los sitios de trabajo, enfocados en la seguridad y comodidad del trabajo.

Los recursos para ponerlos en práctica sería investigación personalizada a cada colaborador y el sitio de trabajo, en base de encuestas, capacitaciones y break.

### **Presupuesto**

Capacitaciones: copias para 12 personas, de 10 hojas en 1\$

Encuestas: copias para 12 personas, 12 hojas en 25 ctvs.

Break: tarjetas de motivación y obsequio, valor de 1\$ para 12 personas.

### **Los Ejes del Proyecto integrador**

*Tabla 2*

*Ejes del Proyecto Integrador.*

<b>El eje de formación</b>	<b>Materias integradoras</b>	<b>Resultados de aprendizaje</b>
<b>Metodología de Investigación. Escritura e informes académicos. Proyecto de trabajo de titulación.</b>	Condiciones y Ambiente en el trabajo	- Se identifica y se aplica técnicas, normas preventivas en la seguridad laboral del individuo - Promueve el auto cuidado de cada una de las personas, al ofrecerles herramientas fundamentales que les permitan reconocer los riesgos laborales a que están expuestos en su rutina de trabajo.
		- Elabora y maneja diagnósticos sobre accidentabilidad en una empresa - Diseña e implementa programas de Asistencia en Higiene y Seguridad Laboral que incluyan componentes de capacitación que conviertan a las personas asistidas del papel pasivo al activo y contribuyan al bienestar integral empresarial
	Seguridad y Salud Ocupacional	Desarrollar conocimientos del entorno de trabajo, haciendo énfasis en la Protección, prevención y promoción de la salud, evaluación y diagnóstico en los trabajadores, vigilancia de las condiciones de

---

	<p>trabajo y detección de riesgos. Contribuyendo a mejorar los procesos productivos de toda índole</p> <p>Evoluciona en la gestión del cuidado frente a problemas presentes de la salud ocupacional: mejorando el nivel de la salud de los colaboradores llevando a cabo procedimientos destinados a disminuir y eliminar riesgos laborales para la salud de los colaboradores, organizando por medio de gestiones los programas y actividades dedicados a la prevención y bienestar de la salud, recuperación y rehabilitación, logrando favorecer ambientes de trabajo saludables</p>
Psicometría y Selección	<p>Explica y describe los aspectos fundamentales de la psicometría, elabora, selecciona y diseña los diferentes ítems en los tests psicométricos, distingue y reconoce las cualidades de los tests psicométricos, aplica la teoría psicométrica a los diversos campos de la psicología, Maneja los análisis estadísticos de mayor uso en psicometría.</p>
La Gestión Integral del Talento Humano	<p>Comprende el proceso y los roles de gestión de recursos humanos en el ámbito estratégico y operativo en las organizaciones, considerando su contribución a los resultados de la empresa, además reconociendo los procesos de la administración de recursos humanos, con enfoque sistémico.</p>
Metodología de la Investigación	<p>Se aplica el conocimiento científico como aspecto relevante de su actividad tecnológica para entender la realidad circundante seleccionando las estrategias, métodos y técnicas de investigación acordes al tema de interés.</p>

---

---

***Fuente:*** Tecnológico Universitario Pichincha

## CAPITULO 1

### FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

#### **Marco Referencial**

##### **Historia**

La asociación de Producción Textil Diseñando Juntos “ASOPROTEXDIJUN”, es una organización de la economía popular y solidaria que se dedica a la confección textil de prendas de seguridad industrial, obtuvo la personería jurídica en octubre del 2015, con registro en la SEPS Superintendencia de Economía Popular y Solidaria mediante resolución N° SEPS-ROEPS-2015900756. La planta de producción se encuentra ubicada en la parroquia la ecuatoriana, al sur occidente de la ciudad de Quito.

La naturaleza de la organización es distinta a las empresas convencionales la constitución del 2008 en el artículo 283 reconoce a la economía Popular y solidaria como la cuarta economía es mediante la modalidad de asociatividad.

ASOPROTEXDIJUN una empresa sustentable en el tiempo que genere fuentes de empleo dignas y permanentes para sus asociados y futuras generaciones, basados en los principios de la Economía Popular y Solidaria.

La empresa ASOPROTEXDIJUN asociación de producción textil, desde

**Ofrece:** Fabricación de prendas de vestir de telas tejidas y no tejidas entre otras, para hombres, mujeres, niños y bebés, calentadores, trajes de baño, ropa de esquí, ropa para practicar deportes, etc.

##### **Misión**

Somos una asociación de economía popular y confección dedicada a la confección textil, trabajamos para cumplir las necesidades de nuestros clientes, brindándoles un producto de calidad y con un excelente servicio.

##### **Visión**

Ser el referente del sector textil de la economía popular y solidaria por alta calidad, utilizando altos estándares de productividad e innovación tecnológica permanente con personal técnico capacitado y comprometido con la organización promoviendo un accionar con responsabilidad social y en armonía con la naturaleza.

**Logo*****Figura 1***

*Identificación de la empresa*



**Fuente:** AsoprotexDijun(2015)

**Valores**

- Respeto
- Calidad
- Innovación.
- Compromiso en equipo
- Eficiencia
- Compromiso social y climático
- Equidad.

## MARCO TEÓRICO

### **Glosario de Términos:**

#### **Ergonomía:**

Es entendida como la adaptación de la maquina en relación con el hombre, que debe ser adaptadas a las condiciones físicas y mentales de cada persona, de la mejor manera, el uso del objeto con la persona, encargada de diseñar los lugares y herramientas de trabajado para el uso cotidiano.

#### **Accidente:**

Es el evento inesperado, que no se puede evitar, que provoca daños, lesiones o consecuencias negativas.

#### **Trabajo:**

Determinada como la acción o actividad de trabajar, con esfuerzo y dedicación, que realiza el ser humano, para satisfacer sus necesidades.

#### **Enfermedad:**

Considerado como el estado de salud deteriorado del organismo humano.

#### **Ocupacional:**

Determinado como la acción de labor o que hacer, de dicha actividad.

#### **Lesión:**

Es un daño que ocurre en el cuerpo, causado por un accidente, caída, golpe, quemaduras, armas y otras causas que estén en relación al entorno.

#### **Peligro:**

Conocido como la consecuencia, de una situación con capacidad de producir daño o un contratiempo.

#### **Riesgo:**

La probabilidad que se produzca un evento y las consecuencias sean negativas, suceda dentro de un tiempo determinado.

#### **Salud:**

El estado completo del bienestar físico, mental y social, de una persona que no tiene ninguna lesión o enfermedad, que ejerce sus actividades con normalidad.

#### **Seguridad:**

Conjunto de sistemas, para prevenir y evitar riesgos o peligros externo o internamente que puede darse de un suceso o impacto negativo en la vida de un ser humano o dependencia del lugar.

**Manual:**

Documento que contiene información detallada de forma ordenada y sistemática de información o instrucciones a seguir, consideradas necesarias para la ejecución del trabajo.

**Fatiga:**

Es la falta de energía y de motivación, que siente una persona y tiene la necesidad de descansar que le es difícil de mantener la actividad prolongadamente.

**Estrés:**

Es la tensión física o emoción, que proviene de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir frustrado, furioso o nervioso.

**Posturas:**

Es la posición que adopta una persona en relación de una situación que se encuentra en un determinado lugar.

**Colaborador:**

Es la persona que realiza un aporte individual donde existe relación a una actividad, con una empresa que debe cumplir al logro de una meta común.

**Empresa:**

Es una entidad autónoma de producción de bienes o servicios, la que está integrado por coordinadores, medios productivos que se necesita del trabajo humano y elementos materiales e inmateriales.

**Desempeño:**

Es el rendimiento de una persona al llevar a cabo sus funciones, que están involucradas al desempeño de varios factores, destinadas a diferentes tareas.

**Maquinaria:**

Conjunto de varias máquinas, dispositivo mecánico, eléctrico o electrónico diseñado y utilizado para realizar determinada función y producir un mismo fin.

**Seguridad social:**

Protección para la sociedad, tiene la finalidad de proporcionar seguridad y el acceso a la asistencia médica y que vela por la seguridad, como la vejez, desempleo, enfermedad, accidentes de trabajo, etc.

### **Movimientos Repetitivo:**

Son los movimientos repetidos continuamente, que se dan durante un trabajo, que es la acción conjunta de los músculos, columna vertebral, partes relacionadas del cuerpo humano etc.

### **Concepto de Salud y Seguridad Ocupacional**

La Salud y Seguridad Ocupacional tiene un objetivo común que es prevenir los riesgos laborales y enfermedades profesionales, ya que es una responsabilidad compartida del dueño y Gerente General de la empresa, la máxima autoridad y responsabilidad de los trabajadores.

Toda empresa que se encuentre en el mercado debe contar con manuales de seguimientos que son bases fundamentales para cada organización ya que en ellos se detallan de forma ordenada y sistemática normas, lineamientos, políticas a seguir que cada trabajador debe conocer e impartir en la misma que se considera, para la menor ejecución del trabajo.

### **Concepto de Manual**

Un manual es documento que tiene información de manera ordenada y sistemática, que describe instrucciones sobre historia, políticas, procedimientos y organización para un organismo social que es de vital importancia, para la ejecución del trabajo a desempeñar.

**¿Como beneficio?** tenemos al implementar un manual es una herramienta muy útil, para plasmar de manera ordenan las actividades específicas que se encuentran dentro de una organización, enfocadas en políticas, aspectos legales, procedimientos y controles que se realizaran de manera eficaz y eficiente en sus actividades a desempeñar.

**¿La importancia?** de un manual nos ayuda a tener una fuente permanente de información sobre el trabajo a ejecutar, ayudando a hacer efectivo los objetivos, políticas, procedimientos, funciones y normas, logrando asegurar constancia y coherencia en los procesos y normas que se llevan a cabo a través del tiempo, siendo un instrumento útil para las capacitaciones del personal.

Este manual tiene el objetivo de velar por la salud, de los colaboradores en los distintos sitios de trabajo, para salvaguardar la maquinaria e infraestructura, para aplicar normas de seguridad, ergonomía, control de riesgos y prevenir la aparición de Accidentes y Enfermedades de origen laboral.

### **Tipos de manuales**

**Manual organizacional:** enfocado en el manejo de una empresa en forma general. Centrado en la estructura, funciones y roles que cumplen dentro de la empresa en cada área, desde el más básico debe ser conocido por todos los colaboradores, plasmando todo sobre la institución, desde el área administrativa, ejecutiva y operativa de la misma.

**Manual de procedimientos:** Regulador encargado de dar seguimiento a la empresa en las actividades a realizarse, donde se detalla los procesos e instrucciones a desarrollarse (industriales, manufactureros y administrativos), que se lleva dentro de la organización, ser eficientes y eficaces.

**Manual de técnicas:** Detallan de cómo deben realizarse las tareas particulares dentro de la empresa, que deben ser explicadas minuciosamente. Complementado al manual de procedimientos con indicaciones, técnicas detalladas de la actividad a desarrollarse.

**Manual múltiple:** Presenta diferentes cuestiones, asociadas a las actas de asambleas que se desarrollan entre los colaboradores. Estos manuales están diseñados para coordinar y organizar situaciones, que no estén finalizadas al resto de los manuales de la empresa.

**Manual de calidad:** Presenta calidad del sistema y procesos, para derivar en el producto final, que ofrece la empresa.

### **Concepto de Salud**

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), significa no solo ausencia de enfermedades, incluidas lesiones, sino al estado de bienestar físico, psíquico y social, lo que lleva a explicaciones exclusivamente sanitarias.

La Salud es necesario para cada trabajador, las circunstancias en que se realiza su trabajo, pueden perjudicar la salud.

Ya que consiste en la planeación, organización, ejecución, control y evaluación relacionadas aquellas actividades inclinadas a preservar, mantener y mejorar la salud individual y compuesta de los trabajadores con fin de evitar accidentes de trabajo y enfermedades profesionales a largo plazo.

### **Concepto de Reglamento**

Un reglamento es un conjunto ordenado y coherente de reglas o preceptores dispuestos por una autoridad competente, para el funcionamiento de una empresa o servicio.

Un reglamento sirve para mejorar la convivencia, para respetar los derechos de cada persona y establecer obligaciones para el cumplimiento de los mismos.

El objetivo de un reglamento Interno, es llevar una relación laboral cordial, organizada y disciplinada entre empleador y colaborador, que ayude a la empresa internamente facilitar la productividad.

### **Concepto de Seguridad Ocupacional.**

La Seguridad Ocupacional es una disciplina que trata de prevenir las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo que se encuentra los colaboradores, de la protección y salvaguardar la salud de los colaboradores.

### **Concepto de Accidente**

Es un evento inesperado, que no se puede prever, provocando daños, lesiones o consecuencias negativas o la muerte. Evento no deseado que ocurre una fractura o lesión.

### **Concepto de Ergonomía**

Estudio que se realiza al trabajo, con relación al entorno y quienes lo realizan, se utiliza para determinar y diseñar o adaptar el lugar de trabajo para la comodidad del colaborador con el fin de evitar distintos problemas de salud a largo plazo y aumentar la eficiencia.

### **Concepto de Daño**

Conjunto de formas de perder la salud por el trabajo o actividad y también la materialización de riesgo.

### **Concepto de Peligro**

Condición o característica intrínseca (fuente) presente en el ambiente, con un potencial o capacidad de causar lesión o enfermedad afectación a la propiedad y/o paralización de algún proceso de causa daño.

### **Concepto de Eficiente**

La eficiencia se la define como la capacidad de lograr los resultados deseados con la mínima posibilidad de recursos.

### **Concepto de Eficaz**

La eficacia es la capacidad de conseguir lo que se propone en el tiempo indicado.

### **Concepto de Industria Textil**

El termino de Industria textil proviene del latín (texere, tejer), siendo la actividad económica. Esta dedicado a la producción de fibras natural y sintética, de telas, hilados y otros materiales para obtener el producto final deseado.

## Sectores de la industria textil

Distintas estaciones de producción textil, como:

- Producción de Fibras
- Confección y costura
- Tejeduría
- No tejidas
- Producción de fibras

### Maquinaria para la confección.

Para el desarrollo de las actividades en la empresa, los colaboradores que realizan a diario, están expuestos a contacto con varias máquinas y equipos esenciales que se detalla a continuación:

- **Costura:** Máquina de coser/ tijeras de sastre/ Descosedor/ Dedal/ Hilo/Alfileres
- **Corte:** Maquina de corte manual/ Tijeras de sastre/ Mesa de corte rectangular, Tiza/ Maquina tenedora de tela.
- **Planchado:** Plancha de agua/ Mesas rectangulares/ Paños para planchar/ Sujetadores.
- **Etiquetado/ Empacado:** Pistola de plastiflecha/ Tijeras/Mesas/ Fundas transparentes/ Cajas de cartón/ Cinta de embalaje.
- **Distribuidora:** La entrega es de forma manual, con una persona encargada de la empresa.

### Proceso de confección de prendas.

Para la elaboración de prendas solicitadas por los clientes se debe seguir un adecuado procedimiento de confección, se detalla paso a paso:

- **Diseño:** Se crea moldes a las medidas para la confección de cada prenda de vestir, utilizando cintas métricas, reglas, tiza, tijeras.
- **Selección de material:** Se obtiene la tela en tamaño, colores, materiales de apoyo para la confección.
- **Trazo/ Corte:** Se debe distribuir las telas al área de corte, ya establecidos los moldes se va trazando la figura, que se necesita confeccionar, ara la prenda, Se extiende toda la tela en la mesa rectangular, y se procede a corte con precisión y seguridad, según los trazos realizados.

- **Costura:** Una vez cortada y preparada las piezas de la tela, se las entrega al área de confección para que unan las telas y formen las prendas solicitadas, colocando botones, tallas, bolsillos, cierres y demás accesorios.
- **Estampado:** Construida la prenda, se lleva a área de estampado para colocar los diseños según el modelo.
- **Planchado:** Se procede aplanchar perfectamente las prendas, sin que quede alguna línea en la prenda, para llevarle al área de empaçado.
- **Empaque y Etiquetado:** Las prendas son etiquetadas, empaçadas en fundas transparentes y selladas, con sus códigos y precios para la venta al mercado o entrega.
- **Distribución:** La entrega a realizar por un encargado del área, mediante un vehículo que se encarga de distribuir y entregar en cada punto solicitado los productos.

### **Enfermedad Ocupacionales**

Son las alteraciones de la salud de los colaboradores que se producen como consecuencia a las exposiciones a distintos factores de riesgo existentes en los ambientes de trabajo que puede ser agudas o crónicas.

Las enfermedades más frecuentes que se puede contraer en una Fábrica textil son los siguientes:

- Dermatitis de contacto e irritativa.
- Pérdida de audición
- Enfermedades respiratorias
- Tendinitis

### **Riesgos Laborales:**

Es toda aquella circunstancia que es capaz generar un peligro dentro del ámbito laboral. Puede ocasionar un accidente laboral dando lugar a daños físicos o psicológicos.

## Tipos de Riesgos Laborales

**Figura 2**

Tipos de Riesgos Laborales.



**Fuente:** (Guitarra, 2019)

## Equipos de protección Personal

Es un equipo que tiene por finalidad proteger o atenuar la consecuencia de uno o varios riesgos que amenazan su seguridad y salud

- **Cuerpo:** Overol, chalecos de protección, fajas lumbares (para las personas que realizan cargas).
- **Cabeza:** Gorros desechables.
- **Oído:** Protectores auditivos “tapones”
- **Ojos y cara:** Gafas de seguridad, mascarillas lavables.
- **Manos y brazos:** Guantes para protección de corte.

## **MARCO LEGAL**

### **Constitución de la República:**

Se menciona en el **Art.32, Art 33, Art 34**, sobre la salud que es un derecho que garantiza el estado, sobre la seguridad social que es un derecho irrenunciable de todas las personas que será deber y responsabilidad primordial.

### **Código del Trabajo**

**Libro II** sobre la protección de los trabajadores, hace referencia **Art. 184**, señala que: “El empleador estará obligado a tomar todas las medidas necesarias para proteger eficazmente la vida y salud de los trabajadores, informando de los posibles riesgos y manteniendo las condiciones adecuadas de higiene y seguridad en las faenas, como también los implementos necesarios para prevenir accidentes y enfermedades profesionales.

### **INSTRUMENTO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

#### **DECISIÓN 584**

Capítulo IV menciona sobre derechos y obligaciones del trabajador en el Art.26. menciona que el empleador estará en constantes evaluaciones para prevenir los riesgos expuestos al trabajo.

#### **DECRETO EJECUTIVO 2393**

Menciona cuales son las obligaciones de los colaboradores y empleadores que deben rigirse para el buen desarrollo de la empresa en el Art. 11 y 13 del REGLAMENTO DE SEGURIDAD Y SALUD DE LOS COLABORADORES.

#### **El Decreto Supremo N° 594.**

“...Condiciones sanitarias y ambientales básicas en los lugares de trabajo”, señala en su Art. 3°: La empresa está obligada a mantener en los lugares de trabajo las condiciones sanitarias y ambientales necesarias para proteger la vida y la salud de los trabajadores que en ellos se desempeñan, sean estos dependientes directos suyos o lo sean de terceros contratistas que realizan actividades para ella.

## MARCO TEMPORO ESPACIAL

### Temporal

El tiempo para culminar mi proyecto está dentro de 3 meses del año 2023, detallarlo con profundidad y coherencia en cada tema desarrollado para que pueda ser puesto en práctica dentro de la empresa ASOPROTEXDIJUN, y pueda ser puesto en práctica con los colaboradores y se sientan satisfecho al realizar su trabajo.

### Espacial

La empresa ASOPROTEXDIJUN se encuentra ubicada Ciudadela Ibarra Barrio Espejo Calle S42D y, Oe11B, Quito 170140

### Macro localización

#### Figura 3

*Macro Localización ASOPROTEXDIJUN*



*Fuente:* (Google maps, 2023)

### Micro localización

#### Figura 4

*Exterior de la Empresa ASOPROTEXDIJUN*



*Fuente:* Elaboración propia (2023)

## CAPÍTULO II

### DIAGNÓSTICO SITUACIONAL

#### **Marco metodológico:**

Se explicará la metodología con la que se llevará a cabo la investigación, utilizando técnicas y procedimientos a emplear en base a hipótesis, para resolver los problemas.

#### **Orientación en la investigación:**

Una vez seccionada la metodología, se determina la investigación:

**Cuantitativa:** Privilegia la explicación causal y empírica matemática de los fenómenos. El discurso matemático y numérico es el que da validez a todos los discursos científicos y los métodos. La investigación científica parte de la observación de la frecuencia de las relaciones entre los hechos.

#### **Cualitativa:**

La privilegia la comprensión en profundidad de universo subjetivo humano que nace de modo de vivir, a través de la experiencia fenomenológica y hermenéutica, basado en el sentido y el significado dentro de la historicidad específica, interpretativa y comprensiva.

#### **Modalidad de investigación:**

##### **Estudio de campo.**

Recopilación de datos nuevos o fuentes primarias con un propósito específico, lugar donde sucede los acontecimientos, a través de estudios sistemáticos que corroboran información relevante.

##### **Estudio bibliográfico.**

Tiene la finalidad de detectar e investigar documentos, publicaciones, revistas, periódicos, libros, para profundizar en diferentes enfoques, teorías, conceptualizaciones y criterios que son llevado a cabo por diferentes autores. Basados en estudios sociales que se comparados de diferentes parámetros, modelos, tendencias, realidades, socioculturales, que se basaran en la investigación de diversas historias, geografías, literarios y entre otros que lleven al campo de la bibliografía e investigación extensa y ardua.

## **Intervención Social**

En la elaboración y desarrollo de una propuesta, con un modelo a seguir, para solucionar los problemas que se ven presentes y necesidades dentro de la empresa, con la propuesta hace relación a las políticas, programas, métodos y procesos que se deben desarrollar.

### **Diseño de investigación:**

#### **Diseño transversal.**

Es utilizado para relacionar variables basadas en hipótesis, que dan lugar a suposiciones, de las cuales se obtendrá efectos, causas y su incidencia en todo el desarrollo de la problemática a investigarse.

#### **Diseño longitudinal.**

Tiene el objetivo de precisar y priorizar el tiempo y recursos, se realiza un diagnóstico situacional dentro de la empresa antes de la implementación de un Manual, buscando focalizar los puntos más relevantes, sus amenazas y debilidades para elaborar el manual.

### **Nivel o tipo de investigación:**

#### **Nivel Descriptivo.**

Es la comparación entre dos o más fenómenos, que se desarrollan situaciones o estructuras.

Clasificado por elementos, estructuras, modelos de comportamiento, basado en ciertos criterios. Que caracterizan a una comunidad. Con la finalidad de distribuir datos de variables que son consideradas aisladamente.

#### **Características:**

- Predicciones Rudimentarias.
- Medición precisa.
- Requerimiento de conocimiento suficiente.
- Investigaciones arduas de nivel que tienen interés de acción social.

#### **Métodos de investigación**

El método a utilizar de la investigación será inductivo-deductivo que me permite ir, partiendo de casos particulares llegar al a investigación elevando el grado de conocimientos del presente manual.

## **Población y muestra**

La empresa ASOPROTEXDIJUN con 12 colaboradores, la misma que incluye toda la empresa, Para realizar el análisis base a la observación desarrollada nos encontramos con una de 12 personas a las cuales se realizará la investigación en propuesta.

Instrumento para recopilación de datos

**Técnica:** La encuesta, nos ayudara recopilar información directa de las motivaciones, actitudes de los individuos, enfocado en la investigación, estará formada por preguntas concretas y fáciles para que los individuos la puedan desarrollar y ser entendidas.

**Instrumento:** Cuaderno de notas, sirve para anotar lo que se observa, como mensajes, expresiones de los colaboradores en su entorno. Google forms.

**Técnica:** El foda, es una técnica utilizada para evaluar el desempeño de la empresa conocer la situación y las estrategias a aplicar. Se crea una lista de fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas, que facilite la toma de decisiones acorto y largo plazo.

**Instrumento:** Microsoft Word, Libreta

## **Fuentes de investigación**

## **ANÁLISIS SITUACIONAL**

Es el estudio donde la empresa, será analiza sus dificultades, fallas, oportunidades y riesgos que pueden estar presentes en los colaboradores, de cómo se proyecta la empresa en el entorno laboral.

## Análisis FODA

**Tabla 3** Matriz Foda

FORTALEZAS	DEBILIDADES
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Productos de una buena calidad y precio.</li> <li>2. Excelentes ventas en los últimos meses</li> <li>3. Con experiencia de 8 años en el mercado.</li> <li>4. Cuenta con calidad de los procesos y atención al cliente.</li> <li>5. Sistemas de información centralizados e integrados.</li> <li>6. Producto personalizado, según el gusto del cliente.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Incumplimiento en los pedidos establecidos.</li> <li>2. Rendimiento bajo en los pedidos por parte de los colaboradores.</li> <li>3. Insumos de ergonómicos inadecuados.</li> <li>4. Falta de planes de capacitación a los trabajadores.</li> <li>5. Colaboradores insatisfechos en sus puestos de trabajo.</li> <li>6. Baja productividad en ventas.</li> </ol>
OPORTUNIDADES	AMENAZAS
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Controlar los factores de riesgo y prevención de enfermedades de origen laboral.</li> <li>2. Estabilidad del mercado.</li> <li>3. Disponibilidad de materiales, al alcance del colaborador.</li> <li>4. Colaboradores seguros en su trabajo.</li> <li>5. Ventas por las páginas web, e incremento en la economía.</li> <li>6. Establecer estrategias con entidades, publicas.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perdida de colaboradores.</li> <li>2. Mala imagen de la empresa.</li> <li>3. Infraestructura no adecuada.</li> <li>4. Riesgos ergonómicos.</li> <li>5. Competencias con otras empresas.</li> <li>6. Falta de oportunidades en el mercado.</li> </ol>

**Fuente:** Elaboración propia (2023).

### Análisis Externo

Una de las técnicas que se utilizará para recoger la información sobre el problema del proyecto será la observación, esta se desarrollará con los colaboradores de la empresa, será estructurada en más o menos 5 o 10 preguntas.

Con la técnica de observación, me ayudara a recabar información relevante que suceden en el entorno de trabajo y anotar las incomodidades, necesidades que retrasan el trabajo en la empresa.

### **Análisis Interno**

Luego se aplicará un cuestionario para determinar las razones del problema, con los siguientes componentes: pregunta, tabla de resultados de la tabulación, pie de tabla, gráfico de los resultados, pie de gráfico, análisis y interpretación de resultados (diez preguntas, diez informes, diez páginas).

Con estas técnicas me ayudara a tener información veraz, que suceden en el entorno de trabajo, para acercarme a los hechos y acceder a conocimientos en base a la técnica.

### **Encuesta**

Se aplica la encuesta a los 12 colaboradores, que constara de 10 preguntas cerradas de (SI/NO) acerca del nivel de conocimiento sobre salud y seguridad Ocupacional, conocimiento en riesgos laborales y ergonomía, que están expuestos en la empresa textil, si las condiciones de trabajo son óptimas.

### **Se adjunta cuestionario:**

#### **Encuesta para los colaboradores internos de la empresa ASOPROTEXDIJUN**

1. Ha recibido capacitación sobre Salud y Seguridad Ocupacional.?

Si No

2. ¿Usted siente molestias físicas o tiene dolores de espalda?

Si No

3. ¿Sospecha que está expuesto algún riesgo o accidente de trabajo?

Si No

4.- Usted trabaja más de 8h laborables?

Si No

5.- ¿Ha recibido capacitación sobre Ergonomía, en el uso de maquinaria textil?

Si No

6.- Sabe cómo sentarse adecuadamente para su trabajo?

Si No

7. Necesita protección personal adecuada para su trabajo?

Si No

8.- Como es la relación con su jefe inmediato?

Muy buena                  Buena                  Regular                  Mala

9.- Tiene actividades repetitivas, que le causen molestia?

Si                                  No

10.- La empresa tiene un Reglamento Interno de Salud y Seguridad Ocupacional?

Si                                  No

### **Procesamiento de datos**

El procesamiento de datos se lo realizará en Google forms, así mismo para la proyección de dichos resultados, se trabajará con gráficos estadísticos tipo pastel, para representar de manera fácil los porcentajes de las preguntas aplicadas en la encuesta.

Se finalizará con análisis escrito que sea corto y preciso que permite detallar las conclusiones más relevantes de cada pregunta.

### **Análisis e interpretación de resultados**

Se presenta a continuación los resultados obtenidos en la encuesta realizada al personal de la empresa ASOPROTEXDIJUN.

### Encuesta a los colaboradores de la empresa ASOPROTEXDIJUN.

#### 1.- ¿Ha recibido capacitación sobre Salud y Seguridad Ocupacional?

*Tabla 4 Capacitación en Salud y Seguridad Ocupacional.*

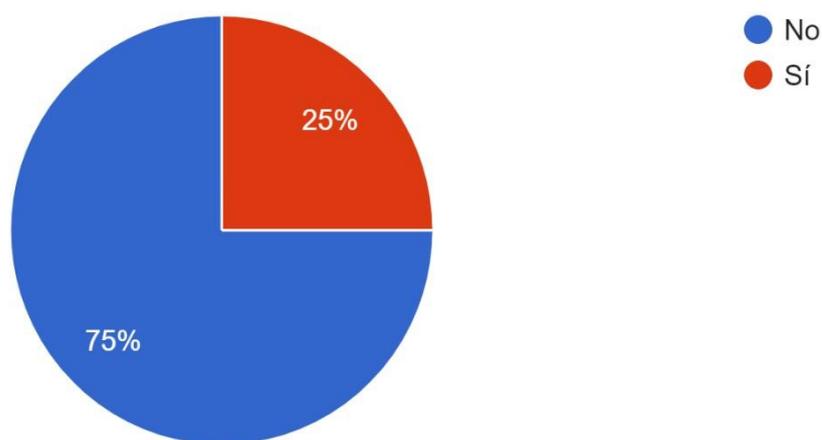
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Si	3	25%
No	9	75%
<b>TOTAL</b>	12	100%

**Fuente: Delgado, L. (2023)**

*Figura 4 Capacitación en Salud y Seguridad Ocupacional.*

#### 1. ¿ Ha recibido capacitación sobre Salud y Seguridad Ocupacional?

12 respuestas



**Fuente: (Delgado, 2023)**

**Análisis:** El 100% de los colaboradores encuestados, se evidencia que el 75% no ha recibido capacitación en Salud y Seguridad Ocupacional.

## 2.- ¿Usted siente molestias físicas o tiene dolores de espalda?

*Tabla 5 Molestias Físicas o dolores de espalda.*

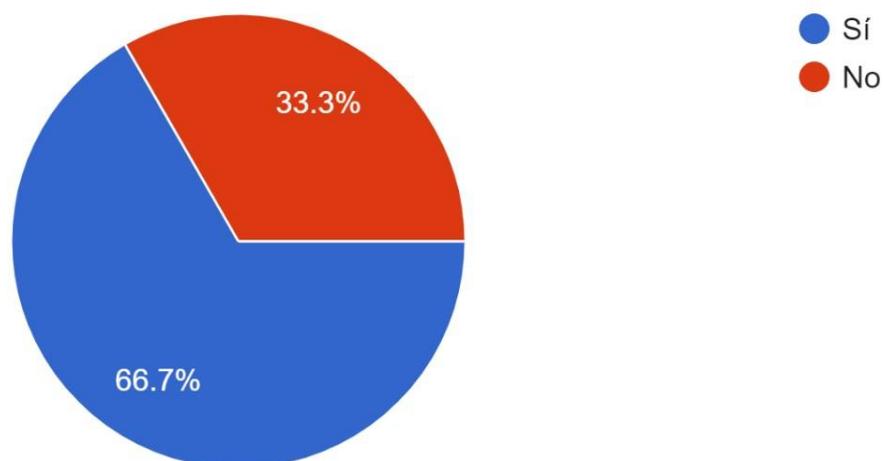
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Si	8	66.7%
No	4	33.3%
<b>TOTAL</b>	12	100%

Fuente: Delgado, L. (2023)

*Figura 5 Molestias Físicas o dolores de espalda.*

## 2. ¿Usted siente molestias físicas o tiene dolores de espalda?

12 respuestas



Fuente: (Delgado, 2023)

**Análisis:** El 100% de los colaboradores encuestados, se muestra que el 66.7% tiene molestias físicas en los puestos de trabajo y dolor de espalda.

### 3.-¿Sospecha que está expuesto algún riesgo o accidente de trabajo?

*Tabla 6 Expuesto algún riesgo o accidente de trabajo.*

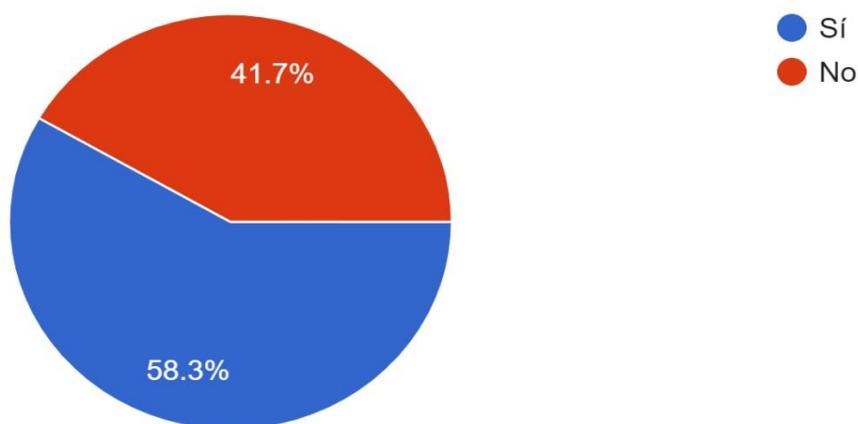
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Si	7	58.3%
No	5	41.7%
<b>TOTAL</b>	12	100%

**Fuente: Delgado, L. (2023)**

*Figura 6 Expuesto algún riesgo o accidente de trabajo.*

### 3. ¿Sospecha que está expuesto algún riesgo o accidente de trabajo?

12 respuestas



**Fuente: (Delgado, 2023)**

**Análisis:** El 100% de los colaboradores encuestados, se muestra que el 58.3% está expuesto algún riesgo de trabajo.

#### 4.- Usted trabaja más de 8h laborables?

*Tabla 7 Laboran más de 8h.*

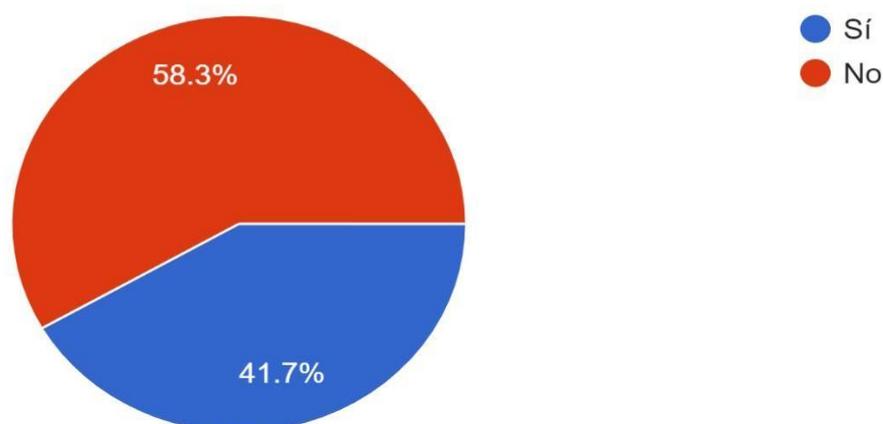
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Si	5	41.7%
No	7	58.3%
<b>TOTAL</b>	12	100%

Fuente: Delgado, L. (2023)

*Figura 7 8 Laboran más de 8h.*

#### 4.- ¿Usted trabaja más de 8h laborables?

12 respuestas



Fuente: (Delgado, 2023)

**Análisis:** El 100% de los colaboradores, se muestra que el 41.7%, no trabaja más de 8h.

### 5.- ¿Ha recibido capacitación sobre Ergonomía, en el uso de maquinaria textil?

*Tabla 9 Capacitación sobre Ergonomía, en el uso de maquinaria textil.*

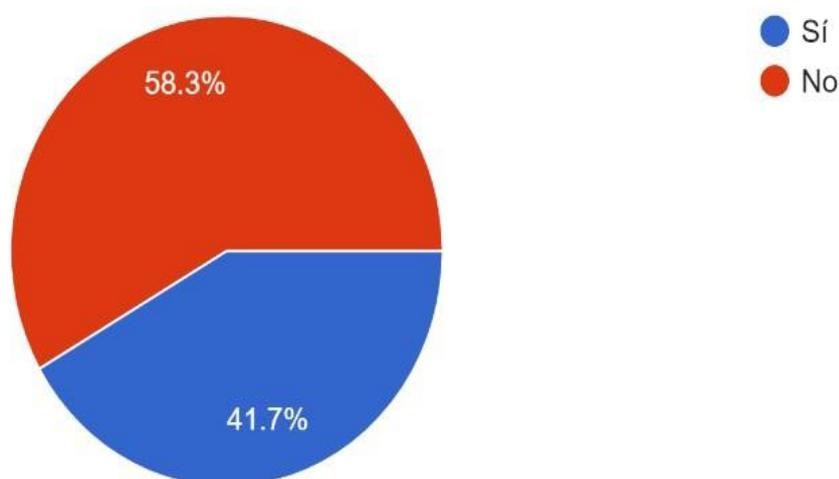
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Si	5	41.7%
No	7	58.3%
<b>TOTAL</b>	12	100%

**Fuente: Delgado, L. (2023)**

*Figura 8. Capacitación sobre Ergonomía, en el uso de maquinaria textil.*

### 5.- ¿Ha recibido capacitación sobre Ergonomía, en el uso de maquinaria textil?

12 respuestas



**Fuente: (Delgado, 2023)**

**Análisis:** El 100% de los colaboradores, se muestra que el 58.3%, no a recibido capacitación sobre ergonomía sobre el uso me maquinaria textil.

## 6.- ¿Sabe cómo sentarse adecuadamente para su trabajo?

*Tabla 10 Cómo sentarse adecuadamente en su trabajo.*

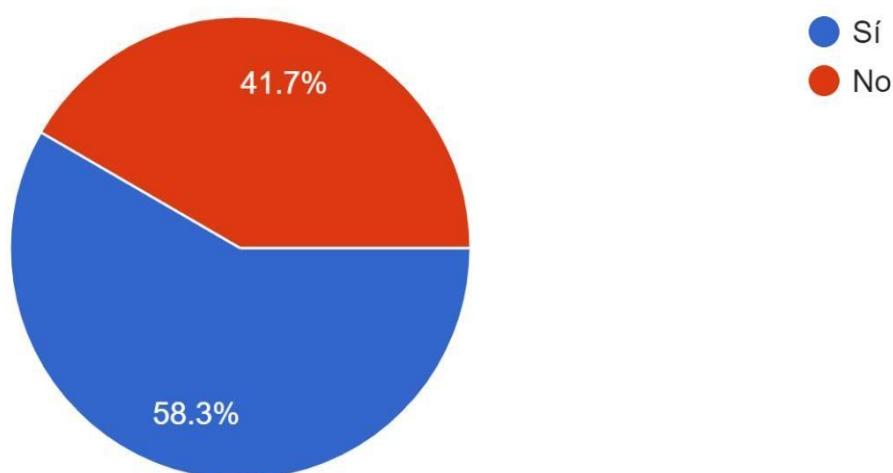
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Si	7	58.3%
No	5	41.7%
<b>TOTAL</b>	12	100%

**Fuente: Delgado, L. (2023)**

*Figura 9. Cómo sentarse adecuadamente en su trabajo.*

## 6.- ¿Sabe como sentarse adecuadamente para su trabajo?

12 respuestas



**Fuente: (Delgado, 2023)**

**Análisis:** El 100% de los colaboradores, se muestra que el 58.3%, sabe cómo sentarse correctamente en su trabajo.

## 7. Necesita protección personal adecuada para su trabajo?

*Tabla 11 Protección personal adecuada.*

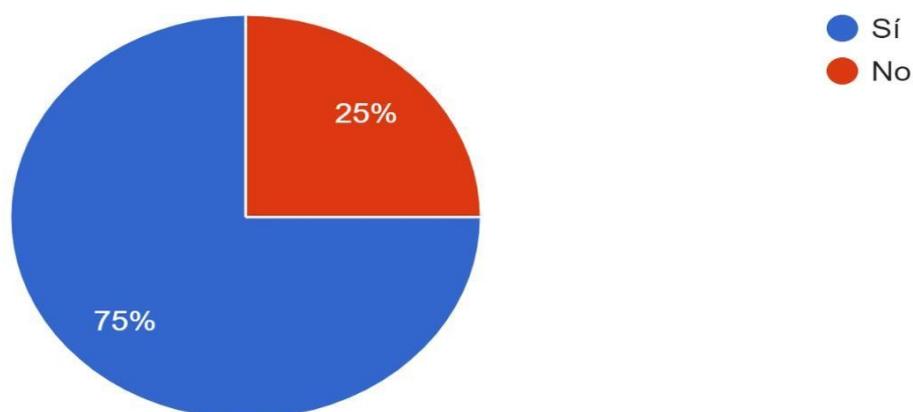
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Si	9	75%
No	3	25%
<b>TOTAL</b>	12	100%

**Fuente: Delgado, L. (2023)**

*Figura 10. Protección personal adecuada.*

## 7. ¿Necesita protección personal, adecuada para su trabajo?

12 respuestas



**Fuente:** (Delgado, 2023)

**Análisis:** El 100% de los colaboradores, se muestra que el 75%, necesita protección personal para su trabajo.

## 8.- ¿Como es la relación con su jefe inmediato?

*Tabla 12 Relación con su jefe Inmediato.*

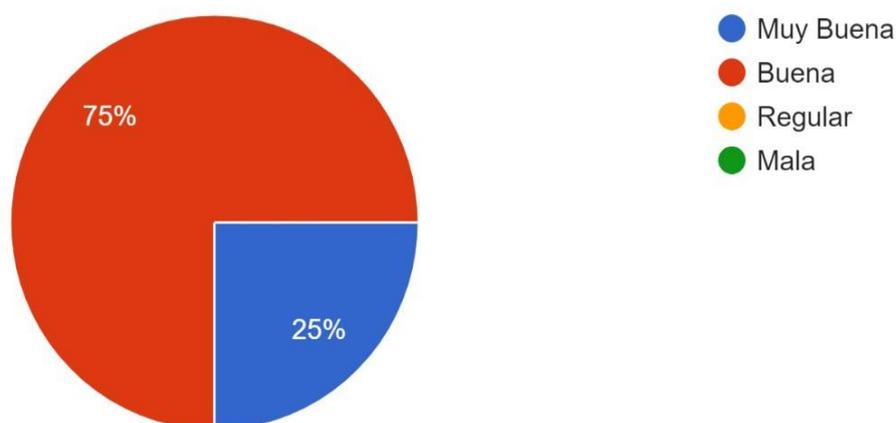
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Muy Buena	3	25%
Buena	9	75%
Regular	0	0%
Mala	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>12</b>	<b>100%</b>

Fuente: Delgado, L. (2023)

*Figura 11 Relación con su jefe Inmediato.*

## 8.- ¿Como es la relación con su jefe inmediato?

12 respuestas



Fuente: (Delgado, 2023)

**Análisis:** Identificado el 100% de los colaboradores, se demuestra que el 75%, tiene muy buena relación con su jefe.

### 9.- ¿Tiene actividades repetitivas, que le causen molestia?

Tabla 13 Tabla 13 Actividades Repetitivas que causen molestia.

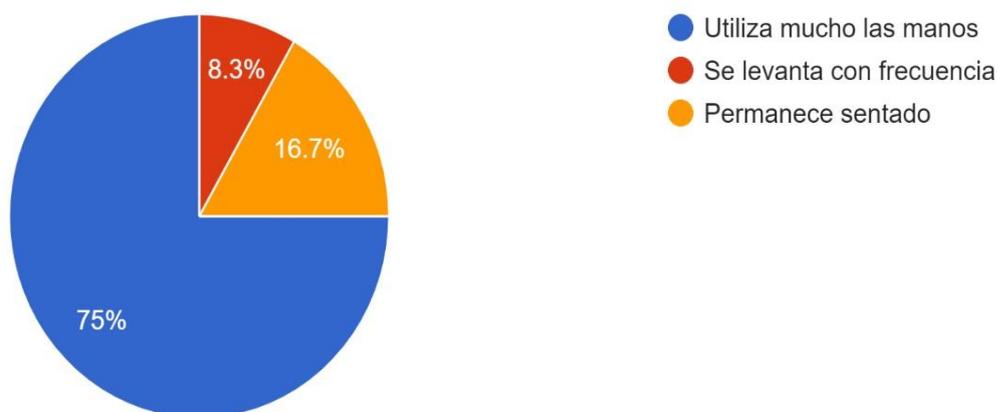
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Utiliza mucho las manos	9	75%
Se levanta con frecuencia	1	8.3%
Permanece sentado	2	16.7%
<b>TOTAL</b>	<b>12</b>	<b>100%</b>

Fuente: Delgado, L. (2023)

Figura 12 Actividades Repetitivas que causen molestia.

### 9.- Tiene actividades repetitivas, que le causen molestia?

12 respuestas



Fuente: (Delgado, 2023)

**Análisis:** Del 100% de los colaboradores, el 75% realiza actividades repetitivas, que utilizan mucho las manos que les causa molestia, describir las tres

### 10.- La empresa tiene un Reglamento Interno de Salud y Seguridad Ocupacional?

*Tabla 14 Reglamento Interno de Salud y Seguridad Ocupacional.*

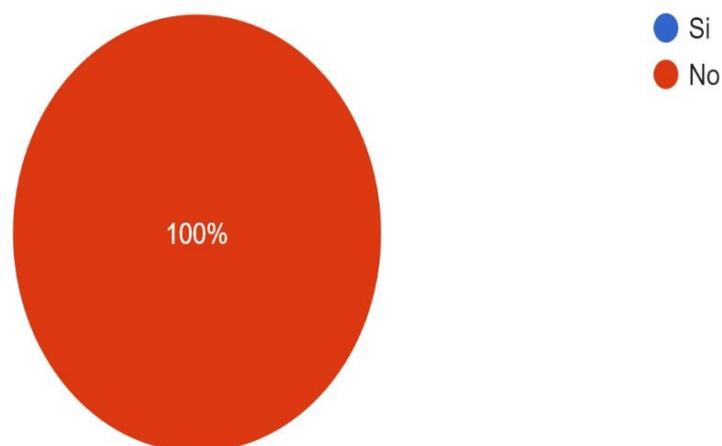
Categorización	Frecuencia	Porcentaje
Si	0	0%
No	12	100%
<b>TOTAL</b>	12	100%

**Fuente: Delgado, (2023)**

*Figura 13 Reglamento Interno de Salud y Seguridad Ocupacional.*

10.-¿La empresa tiene un Reglamento Interno de Salud y Seguridad Ocupacional?

12 respuestas



**Fuente:** (Delgado, 2023)

**Análisis:** Del 100%, la empresa no tiene un Reglamento Interno de Salud y Seguridad Ocupacional.

## CAPITULO III

### PROPUESTA

#### Introducción

La propuesta se basa a partir de los resultados obtenidos e identificados en el diagnóstico realizado y aplicado en la empresa, mediante la lista de identificación, de los resultados de la encuesta a los colaboradores y de las entrevistas realizadas a cada uno.

Una vez evaluado la problemática de la empresa, y con la información obtenida de la encuesta que se aplicó a los colaboradores, la investigación de campo sobre e análisis FODA, se debe tratar los siguientes puntos:

- ✓ Condiciones óptimas del Entorno Laboral.
- ✓ Capacitación en señalización y extintores
- ✓ Capacitación de Equipos de Protección Personal
- ✓ Capacitación en herramientas manuales y máquinas textiles.
- ✓ Riesgos Laborable y Medidas Preventivas.
- ✓ Jornada Laboral
- ✓ Riesgos ergonómicos y medidas preventivas.

#### Objetivo General

Entregar a los colaboradores información veraz de prevención de riesgos laborales y enfermedades profesionales para promover el cumplimiento del Manual de Salud y Seguridad Ocupacional, para prevenir accidentes laborales en la empresa.

#### Objetivo Específico

- ✓ Lograr que la empresa se encuentre debidamente comprometida para el cumplimiento de las obligaciones y responsabilidades en materia de Salud y Seguridad Ocupacional en el trabajo.
- ✓ Dar una inducción y capacitación sobre este Manual de Salud y Seguridad Ocupacional.
- ✓ Socializar a una persona de Salud y Seguridad Ocupacional, para el control y la mejora continua de las actividades de riesgos en la empresa.

#### Normas Generales del manual.

- ✓ Todo el personal que trabaja en la empresa debe tener inducción sobre un manual interno de Salud y Seguridad Ocupacional que debe ser cumplido.

- ✓ Los directores, jefes y Supervisores de las distintas áreas, velaran por el personal encargado que tiene a su poder, que debe ser capacitado para desempeñar con seguridad y eficiencia las tareas o funciones asignadas dentro de la misma.
- ✓ No está permitido comer en las áreas de trabajo.
- ✓ No se permite fumar, dentro de las áreas, como oficinas, comedores, patios, sanitarios, etc.). Al incumplir la norma será sancionado con base a la Ley.
- ✓ El personal debe ser conocedor del presente manual, entender, respetar y obedecer las señales de seguridad del área o de la empresa en general.
- ✓ El personal será conocedor de las rutas de evacuación de la empresa en general, como la ubicación de extintores, señales de pánico, botiquín, camillas, luces de emergencia, ubicación de puntos de encuentro en caso de evacuación.
- ✓ Todo incidente que ocurra dentro de la misma, se considera un incidente laboral, tiene que ser reportado a la Persona de Comité de Salud y Seguridad Ocupacional, dando paso a la investigación inmediata de las mejoras continuas.
- ✓ Todo el personal de la empresa debe utilizar de manera correcta los equipos de protección personal, que fueron asignados para su puesto de trabajo y los que se apliquen dentro de las instalaciones, Ejemplo: protectores auditivos, mascarillas, mandil, y deberán ser capacitados sobre el mismo, y los nuevos colaboradores que ingresa de la misma manera
- ✓ El personal de la empresa debe utilizar de manera adecuada la maquinaria, equipos e instrumentos de trabajo que le sea asignado, para las actividades a realizar, sin exponerse a riesgos su salud y la de sus compañeros.
- ✓ Toda área del trabajo debe mantenerse limpia, ordenada y libres obstáculos, para las rutas de evacuación en caso de una eventualidad.
- ✓ No se permite portar armas de fuego, blancas, contundentes etc, dentro de la empresa.
- ✓ Cada departamento debe ser señalizado.
- ✓ Todo personal de la empresa debe ser capacitado sobre Primeros Auxilios Básicos, Evacuaciones de Desastre, cada 3 meses, con la finalidad de utilizarlo en la empresa y conocimiento propio.
- ✓ Toda capacitación de Salud y Seguridad Ocupacional, deberá ser coordinado por un representante y/ o una solicitud de cada área en base a las necesidades y

cuando se identifiqué nuevos riesgos o se implementen nuevos procesos en a la empresa.

### **Condiciones óptimas del Entorno Laboral:**

Podemos definir que son los espacios de trabajo que deben contar con la limpieza adecuada, espacio, iluminación, ventilación y seguridad para el bienestar de los colaboradores en su lugar de trabajo.

### **Orden y Limpieza:**

- ✓ Mantener ordenamente y limpias las áreas de trabajo, sin dejar materiales directos cerca o alrededor de las máquinas que obstaculicen el paso.
- ✓ Mantener limpias las instalaciones para evitar bacterias, parásitos y virus que puedan afectar a nuestra salud.
- ✓ Recoger cajas o cualquier objeto cortopunzante que puedan ocasionar accidentes.
- ✓ Limpieza de las maquinas textil al utilizarlo y finalizar el trabajo.
- ✓ Guardar ordena mente la materia prima y las herramientas usadas. No dejar objetos en las puertas, pasillos, escaleras y salidas de emergencia.

### **Ventilación:**

- ✓ La ventilación del área debe ser adecuada para el confort térmico.
- ✓ Todas las áreas de trabajo deben contar con la ventilación adecuada sea natural o artificial.
- ✓ Abrir las ventanas para la renovación del aire.
- ✓ Debe instalarse ventiladores de aire con filtro, para el excluir el exceso de gases, calor y partículas en el área de Planchado.

### **Espacio**

- ✓ Se debe establecer una área de acuerdo al número de trabajadores.
- ✓ Se debe tomar en cuenta el espacio entre los colaboradores considerando 2 metros cuadrados.
- ✓ Debe tener 3 metros de alto desde el piso al techo al área de trabajo.
- ✓ Los pisos de planta deben ser lisos.
- ✓ Los techos deben ser apropiados para resguarda a los trabajadores.
- ✓ Los pasillos de circulación deben ser suficientemente amplios, para permitir la circulación de personal.

- ✓ Los pasillos deben ser señalizados apropiadamente, indicando las rutas evacuación y salidas.
- ✓ La separación entre las maquinas debe ser de 0.90 metros, tomando encueta como punto de medición, la parte más sobresaliente de la máquina.

### **Iluminación:**

- ✓ Debe combinar con la luz natural y artificial, en cantidad suficiente para permitir el adecuado desarrollo de las labores.
- ✓ La luz natural debe ser igual y bien distribuida para la correcta iluminación.
- ✓ Se debe medir los luxes en todas las área de producción y cumplir con las normas establecidas.

### **Señalización**

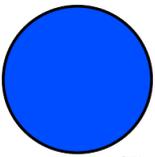
Es el conjunto de señales de formas geométricas, de un color y símbolo, que da una concreta relación con la seguridad, incluyendo un texto en el con el fin de aclarar el significado y su alcance.

La correcta señalización tiene un resultado eficaz como técnica de seguridad, pero en sí misma, nunca elimina el riesgo.

Ubicación de la señalización dentro del área textil de confección

*Tabla 15*

*Ubicación de la señalización dentro del área de confección.*

<b>Color y Símbolo</b>	<b>Tipo de Señalización</b>	<b>Indicación</b>	<b>Ubicación</b>
	Señal de Obligación. Es una señal de seguridad que obliga a los colaboradores a realizar acción establecida.	-Usar el equipo de protección -No tirar basura en el piso. -Mantener los pasillos despejados	Entrada al área
	Señal de Prohibición. Es una señal de advertencia que prohíbe cualquier ejercicio que sitúe en peligro la vida y el bienestar de los colaboradores.	-Prohibido el ingreso a personas no autorizadas. - Prohibido fumar. Prohibido el uso de celulares.	Entrada al área.

	<p>Señales de advertencia. Es una señal que advierte de un peligro para garantizar seguridad de las personas.</p>	<p>-Atención, precaución de riesgo. - Verificación. -Vallas, desniveles, barreras, etc.</p>	Entrada al área
	<p>Señal de salvamento Es una señal que indica la salida de emergencia en caso de peligro.</p>	<p>-Ruta de evacuación. -Extintores. -Botiquín. -Salida emergencia.</p>	<p>La ubicación de estas señales se las debe ubicar de acuerdo al de plano de la empresa. Dentro del área.</p>

**Fuente:** Elaboración propia (2023)

Los iconos de seguridad que se debe utilizar para la empresa ASOPROTEXDIJUN son los siguientes. A continuación, se detalla algunos iconos de seguridad que debe utilizar la empresa.

**Figura 14** Iconos de seguridad para el área de confección de la empresa ASOPROTEXDIJUN.



**Fuente:** Señalización (2019).

Para una señalización eficaz se debe tomar en cuenta varios aspectos como se detalla a continuación.

**Para señalar se debe tomar en cuenta las siguientes recomendaciones:**

- ✓ A los colaboradores se les debe dar información necesaria para la adecuada señalización y su aplicación.
- ✓ La señal de seguridad ayuda a prevenir, pero nunca la elimina.

- ✓ La señalización se debe emplearse en las áreas trabajo en los que se presenta peligros que no han podido ser eliminados, las señales de prohibiciones, advertencia de peligro, obligaciones a seguir de la información necesaria.
- ✓ Las señales deben estar localizadas de manera estratégicamente en lugares visibles, en los accesos y propios ámbitos de trabajo, de tal forma que el personal reciba la información de la señalización.

Las señales deberán ser claras de interpretación única, atraer y dar a conocer el mensaje.

Las señales serán de tamaño y dimensiones tales que permitan su clara visibilidad desde el punto más lejano desde que deban ser observados.

Asegúrese que las señales de seguridad utilizadas sean normalizadas.

### c.-Qué se debe señalar

- ✓ El acceso a las áreas de alto riesgo, lo cual deben utilizar los Equipos de Protección.
- ✓ Se debe señalar las áreas que solo pueden ingresar el personal autorizado. (Señalizaciones de advertencia y prohibición).
- ✓ La correcta señalización a las áreas de trabajo o situaciones de emergencia.(Señalización de emergencia)
- ✓ Señalizar los espacios de posibles incendios, salidas y recorridos de evacuación, ubicación de primeros auxilios. (Señalización de salvamento).

**Tabla 16**

*Costos de la Señalización.*

<b>COSTO DE LA SEÑALIZACIÓN</b>			
<b>CANT</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>COSTO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL ANUAL.</b>
<b>5</b>	Stickers de aviso de peligro	\$	\$
<b>10</b>	Señalización se seguridad Norma	\$	\$
<b>TOTAL</b>			<b>\$</b>

**Fuente:** Elaboración Propia (2023)

### Medidas preventivas para el buen uso del extintor

- ✓ El número de extintores debe ser, de acuerdo a la empresa, debe estar señalizada y su correcta ubicación.
- ✓ Deben ser revisados periódicamente, mínimo 1 vez al mes, tanto por uno de los miembros del comité SSO como el encargado del mismo, quien deberá entregar un informe escrito del estado de los extintores.
- ✓ El extintor PQS, debe recargar cada año, los de CO2 deben recargar cada 5 años (siempre y cuando no hayan sido utilizados o se haya descargado), deberá contar con la etiqueta de mantenimiento que este visible de las recargas realizadas.
- ✓ El extintor debe ser colocado a altura prudente para que el colaborador e caso de emergencia lo pueda utilizar sin ninguna dificultad.
- ✓ Los extintores deben siempre estar en su gancho o colgador.
- ✓ Los extintores de PQS se utilizan en áreas abiertas con gran espacio no menor a 100 metros cuadrados.
- ✓ Áreas confinadas que contengan dispositivo informaticos, es necesario el uso de extintores de CO2.

### Como usar el extintor de incendios

- ✓ Jalar del cierre de seguridad.
- ✓ Apuntar en la dirección del fuego teniendo en cuenta la dirección del viento.
- ✓ Apretar con firmeza el gatillo.
- ✓ Mover la manguera de lado a lado.

*Figura 15: Como utilizar el extintor.*



**Fuente:** NFA (2017)

Para la utilización o manejo del extintor la persona debe estar capacitada para el uso correcto.

**Tabla 17**

*Recarga de Extintores PQS*

<b>Recarga de Extintores.</b>			
<b>CANT.</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>CAPACIDAD (LIBRAS)</b>	<b>MANTENIMIENTO</b>
1	Polvo Químico Seco Multipropósito ABC.	20,00	\$10,00
1	PQS	20,00	\$15,00
	<b>TOTAL</b>		<b>\$25,00</b>

*Fuente* Elaboración propia (2023).

**Equipos de protección personal.**

Son artículos diseñados para la protección del cuerpo humano para resguardar de posibles lesiones físicas o enfermedades que pueden presentarse. El equipo de protección individual no evita el accidente, pero si puede eliminar las consecuencias en el entorno presente.

- ✓ El personal de la empresa tiene la obligación de utilizar adecuadamente el Equipo de Protección para el desarrollo de sus actividades.
- ✓ El personal debe mantener en buenas condiciones el Equipo de Protección Personal que le sea entregado por parte de la empresa
- ✓ Les permite crear una barrera entre el riesgo y el colaborador.
- ✓ Se debe capacitar al personal en el cuidado y uso apropiado de los Equipos de Protección Personal.
- ✓ Los Equipos de Protección Personal, deben ser utilizados de acuerdo al trabajo que se realice, deben ser de buena calidad, que este normados, con el fin de proteger al colaborador expuesto algún riesgo.

Son artículos diseñados para la protección personal de cada colaborador:

Tabla 18

## Equipos de Protección Personal

<b>EQUIPOS DE PROTECCIÓN PERSONAL</b>		
<b>Anatómica</b>	<b>Equipo de Protección</b>	<b>Medidas de prevención</b>
Cabeza	-Mallas para cabello 	-Utilizar mallas para el cabello. - No tener el cabello suelto puede enredarse en las máquinas de coser.
Cuerpo	-Delantal 	-Evita la transmisión de microorganismos. - Evitar partículas de polvo, algún agente químico, lanas, alguna chispa.
Manos	-Guantes de malla de acero 	-Prevenir lesiones accidentales por utilizar máquinas de corte y maquinas industriales. -Pueden sufrir heridas abiertas, raspaduras, quemaduras.
Oídos	-Tapones auditivos 	-Protección a riesgos de ruido, por máquinas.
Aparato respiratorio	-Mascarillas desechables o lavables. 	-Protección contra gases y vapores. Hay que considerar que hay diferentes tipos de gases y vapores la cual aplica diferentes tipos de respiradores. -Se utiliza para espacios confinados.

		- Con una gama de hilos de coser industrial de alta tenacidad, entre la finura y pelusas, polvo que pueden afectar el sistema respiratorio.
--	--	---

*Fuente:* Elaboración propia (2023).

**Tabla 19**

*Costos de los Equipos de Protección Personal.*

<b>COSTO DE LOS E.P. P</b>			
<b>CANT.</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>COSTO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL ANUAL</b>
12	Mascarillas desechables (tiempo de reposición cada 1 mes)	0.30	\$3,60
12	Delantal	\$6.00	\$72,00
12	Protectores auditivos de espuma	0.70	\$1,40
2	Guantes de malla de acero para corte	\$25,00	\$50,00
<b>TOTAL</b>			<b>\$127,00</b>

*Fuente:* Elaboración propia (2023)

### **Herramientas manuales y máquinas textiles**

Es de vital importancia que los colaboradores conozcan las herramientas manuales y máquinas textiles que hay en empresa y el uso adecuado de cómo utilizar diariamente en sus actividades.

Por tanto, es un riesgo que se puede presentar a diario, es importante señalarla como utilizar, medidas de prevención y seguridad para su manipulación.

**Tabla 20**

*Uso adecuado de las herramientas manuales y maquinaria textil*

<b>Herramientas manuales y Maquinarias</b>			
<b>Tipo de herramienta</b>	<b>Riesgo</b>	<b>Uso adecuado y Almacenamiento</b>	<b>Medidas de Prevención.</b>
Herramientas manuales.	Al utilizar las herramientas manuales sin la	-Usar el equipo de Protección Personal.	-Capacitar y poner en práctica, del uso correcto de las

<p>Son aquellas herramientas de apoyo para el colaborador.</p>	<p>devida precaución y protección pueden causar, cortes, perforaciones, pinchazos en las manos.</p>	<p>-Cada herramienta debe ser usada de acuerdo a la actividad a realizar.</p> <p>-La postura y agarre debe ser adecuadas y firme.</p> <p>-Utilizar las herramientas cuando sea necesario y este en optimas condiciones.</p> <p>-Despues de usar la herramientas see debe colocar en su lugar y limpiarlas.</p> <p>-Almacenar las herramientas en una percha o cajones.</p> <p>-Las herramientas con puntas o filos deben ser guardadas con estuches de protección.</p>	<p>herramientas manuales.</p> <p>-Dar inducción sobre el buen uso de las herramientas manuales.</p> <p>- Cuidar y conservar las herramientas en buenas condiciones.</p> <p>- Antes de utilizar las herramientas verificar que este en buen estado.</p> <p>- No dejar las herramientas en el suelo u otras superficies, una vez realizado el uso estas deben ser guardadas.</p> <p>-Utilizar siempre los Equipos de Protección Personal.</p>
<p><b>Maquinarias textiles.</b></p> <p>Es la maquinaria utilizada para la confección de prendas de todo tipo.</p>	<p>El escaso conocimiento del manejo puede traer concecuencias como el daño de la maquinas textiles.</p>	<p>-Inspección de las máquinarias antes de iniciar la jornada laboral.</p> <p>-Verificar que la maquinaria se encuentre en las condiciones</p>	<p>- Conocer el manual sobre el uso de las maquinas textiles.</p> <p>-Brindar el mantenimiento adecuado para una buena conservación de la maquinaria.</p>

		adecuadas para su previa utilización.	-Instalaciones eléctricas óptimas para el funcionamiento de la maquinaria textil.
--	--	---------------------------------------	---

*Fuente* Elaboración propia (2023)

### **Riesgos laborales en una empresa textil:**

Entre los principales tenemos:

- Atrapamientos.
- Cortes
- Caídas al mismo nivel
- Eléctricas
- Exposición a ruidos
- Quemaduras.
- Sobreesfuerzos.

#### ***Tabla 21***

*Riesgos laborales presentes en el área Textil.*

<b>Riesgos Laborales presentes en el área Textil.</b>		
<b>Riesgo</b>	<b>Causa</b>	<b>Medidas de Prevención</b>
Atrapamientos	-Máquinas riesgosas (sin protección). -La operación incorrecta de las máquinas -Precaución con la utilización de prendas de vestir sueltas, cabello largo suelto, adicional no llevar accesorios causantes	-Proteger la parte peligrosa de las máquinas con resguardos móviles -Utilizar la máquina o elementos adicionales que sean correctos a cada operación a realizar. -Mantener la distancia adecuada frente a las máquinas. -Dar capacitaciones a los trabajadores. -Elaborar procedimientos de trabajo para el área destinada.

	<p>de un riesgo (anillos, pulseras, etc.)</p> <p>Espacios limitados</p> <p>-Operación incorrecta de las máquinas.</p>	
<p>Cortes</p> <p>a.-Él contacto directo con elementos o máquinas cortantes.</p> <p>b.-Golpes con o contra objetos, materiales o estructuras.</p>	<p>-Máquinas defectuosas.</p> <p>-Falta de concentración en el trabajo.</p> <p>-Posturas incorrectas en el trabajo.</p> <p>-Máquinas sin protección en las partes móviles.</p> <p>Manejo inadecuado de materiales.</p> <p><b>a.-</b> Falta de concentración del trabajador.</p> <p>-Espacios limitados.</p> <p>Falta de orden y limpieza.</p> <p>-Sobre carga de las estanterías.</p>	<p>-Proteger la parte cortante de las maquinas con algún tipo de silicona, resguardo o protección.</p> <p>-Dar mantenimiento periódicamente a las máquinas de coser, de corte y confección.</p> <p>-Emplear herramientas auxiliares.</p> <p>- En las operaciones de corte de telas, verticales y circulares se debe revisar que los cortadores estén correctamente ubicados, y las cuchillas no estén sobresalidas durante el corte.</p> <p>-No introducir objeto las manos cuando las maquinas estén en funcionamiento.</p> <p>-Tener en buen estado las superficies de las máquinas de corte, de manera que permita un corte preciso un deslizamiento de las maquinas a utilizar.</p> <p>-Dotar al personal que realiza los cortes de un guante de malla.</p> <p>-Elaborar procedimientos de corte.</p> <p><b>a.-</b> Inmovilizar firmemente los muebles o estanterias, tales como paredes o suelos que se encuentren solidos, colocar los objetos en el orden adecuado, equilibrando su peso.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>-Señalizar los lugares donde sobre salga maquinaria y objetos o estructuras inmóviles.</li> <li>-Mantener la iluminación adecuada y necesaria para el proceso del trabajo.</li> <li>-Eliminar objetos innecesarios de las áreas.</li> <li>-Ordenar los lugares de trabajo.</li> <li>-Mantener libre las vías y despejadas los abscesos de salidas</li> </ul>
Caídas al mismo nivel	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Áreas de absceso sucias (escaleras, pasillos, etc)</li> <li>-Suelos mojados o resbaladizos.</li> <li>-Desorden.</li> <li>-No usar calzado con plantas deslizantes.</li> <li>-Baja iluminación</li> <li>-Desorden.</li> <li>-Falta de iluminación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Ordenar las herramientas en paneles o cajas, cada cosa en su sitio.</li> <li>-Instalar suelos y escalones antideslizantes fáciles de limpiar y desinfectar</li> <li>-Eliminar los suelos en mal estado.</li> <li>-Mantener las zonas despejadas y perfectamente iluminadas, eliminado suciedad, bacterias, y obstáculos que pueda tropezar.</li> <li>-Eliminar los cables eléctricos, extensiones, conductos y tuberías en las zonas de trabajo.</li> <li>-Concienciar a los colaboradores del mantenimiento del orden y limpieza de sus puestos de trabajo.</li> <li>-Usar calzado apropiado.</li> <li>-Marcar y señalar los obstáculos que no puedan ser eliminados.</li> </ul>
Eléctricos	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Es importante comunicar la aparición de cualquier chispa o incendio de alguna deficiencia en</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Los paneles eléctricos deben estar adecuadamente instaladas, señalizadas y aislados de los colaboradores con jaulas para evitar daños o terrorismo con sus respectivas señaléticas.</li> </ul>

	<p>las máquinas eléctricas, comunicar inmediatamente al responsable.</p> <p>-No verter líquidos, cerca de las tomas de corrientes, aparatos o cuadros eléctricos.</p>	<p>-Revisar periódicamente las instalaciones eléctricas.</p> <p>-Comprobar diariamente el estado de cables, enchufes y aparatos eléctricos.</p> <p>-No tratar de arreglar máquinas ni equipos eléctricos si no está autorizado para hacerlo.</p> <p>-No utilizar las máquinas eléctricas con las manos mojadas o húmedas.</p> <p>-Las maquinas que se encuentran en mal estado no deben ser utilizadas y deberá dar aviso a la empresa del defecto.</p> <p>-Utilizar extensiones que se encuentren en buenas condiciones.</p>
Exposición a ruidos	<p>-Evitar zonas con altos niveles de ruido.</p> <p>-Ruido generado por maquinarias y equipos.</p>	<p>-No se debe superar los 85 decibeles para 08 horas laborables</p> <p>-Realizar el mantenimiento preventivo a máquinas y equipos de trabajo.</p> <p>-Solicitar evaluación de ruido en el ambiente ruido.</p> <p>-Si un operador está expuesto a niveles superior de 85, debe proporcionar protección auditiva, adecuada que tenga detallada información de funcionalidad con el cumplimiento de la normativa internacional.</p> <p>-En las operaciones que se produce ruido arriba de los 85 decibeles, la jornada laboral no debe ser superior de 8 horas diarias y si lo fuera debe usar protectores a partir de las primeras 6 horas laborables hasta finalizar la jornada.</p>

<p>Quemaduras</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Contacto con superficies calientes.</li> <li>-Explosión a vapores calientes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Inspección frecuente para asegurarse de los equipos, que se encuentren en condiciones de operación.</li> <li>-Verificar que manguera este en buenas condiciones y todas las conexiones estén en perfectas condiciones.</li> <li>-Para operar una máquina de planchado, es necesario que las manos del operador estén fuera de la zona de peligro, cuando baje la plancha sobre la prenda.</li> <li>-Verificar que el cordón de la plancha no este desgastado o se esté deshilando, cual si están en malas condiciones deberá cambiarse por otro en buen estado.</li> <li>-Evitar torcer o enroscar el cordón de la plancha, teniendo en cuenta que no esté en contacto con la superficie caliente.</li> <li>-Utilizar equipos de protección personal, para evitar contactos.</li> </ul>
<p>Sobresfuerzos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Incapacidad física.</li> <li>-El manejo inadecuado de materiales.</li> <li>-Posturas incorrectas de trabajo.</li> <li>-Movimientos repetitivos</li> <li>-Trabajo de pie por largos periodos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elaborar procedimientos de manejo de materiales.</li> <li>-Respetar cargas máximas según sexo y edad.</li> <li>-Posibilitar cambios de posturas o pausas</li> <li>-Usar calzado cómodo.</li> <li>-Utilizar el mobiliario ergonómico.</li> <li>-Utilizar elementos de protección personal adecuados al tipo de producto a manipular.</li> <li>-Elaborar procedimientos de trabajo (manipulación, almacenamiento, desechos, etc.</li> </ul>

**Fuente:** Elaboración Propia (2023).

## Manipulación de Cargas

*Figura 16 Manejo correcto de cargas.*



**Fuente:** Manual Textil (2019)

## Jornada Laboral

Dentro de la empresa textil es evidente que exista gran aumento de trabajo que se ejecuta día a día, lo que con frecuencia resulta agotamiento físico y mental, estrés laboral, que sufre el colaborador a realizar sus actividades diariamente por ellos es importante que conozcan las medidas de prevención aplicar.

**Tabla 22**

### Exceso de trabajo.

Riesgo	Causa	Medidas Preventivas.
-Estrés	-Exceso de trabajo.	-Repartir el trabajo de manera igualitaria.
-Fatiga Laboral	- Trabajo sea monótono.	-Lapsos de las jornadas laborables.
-Cansancio	- No existe una buena	-Mejorar relaciones empleador-
-Cambios de humor	relación con el jefe	colaborador.
-Desmotivación		

---

inmediato.	-Reducir niveles de estrés mediante recreación.
-Presión en el trabajo.	
-Superar el límite de horas laborables.	-Manejo y control de las situaciones que implican riesgos.
-Esfuerzo excesivo en trabajos repetitivos.	
-Falta de conciliación entre la vida laboral y personal.	

---

**Fuente:** Elaboración propia (2023)

### **Riesgos Ergonómicos**

Se evidencia los principales riesgos ergonómicos que pueden presentar los colaboradores por las jornadas laborales extensas en su trabajo, implementando medidas de prevención para reducir los riesgos.

**Tabla 23**

*Principales Riesgos Ergonómicos.*

<b>Principales Riesgos Ergonómicos</b>		
<b>Riesgo</b>	<b>Causa</b>	<b>Medidas Preventivas</b>
Malestar de espalda.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-El peso y tamaño de las cargas.</li> <li>-Girar el tronco durante la manipulación.</li> <li>-Manipular las cargas en una altura situada por debajo de la cintura del colaborador.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Utilizar los equipos de Protección Personal.</li> <li>-Manipular cargas con ayuda de otras personas en los casos necesarios.</li> <li>- Capacitación de levantamientos de cargas.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Espacio limitado del trabajo.</li> <li>-Manipulación de las cargas con frecuencia elevada.</li> </ul>	
Posturas forzadas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Mantener el cuello y tronco flexionado.</li> <li>-Flexionar las rodillas.</li> <li>- Desviar o girar mucho las muñecas.</li> <li>-Permanecer de pie durante períodos largos de tiempo.</li> <li>-Trabajar con un brazo o ambos por encima de los hombros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Utilizar el mobiliario ergonómico diseñado para evitar posturas forzadas.</li> <li>-Utilizar sillas adecuadas fijas que no se muevan, acolchonada con material transpirable y fácil de limpiar.</li> <li>-La maquinaria debe estar adecuada a cada colaborador</li> <li>-Realizar vigilancia periódica sobre la salud de los colaboradores.</li> <li>-Combinar las posturas de pies y sentados durante la jornada.</li> </ul>
Movimientos Repetitivos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Mover manos, muñeca y brazos con frecuencia elevada.</li> <li>-Utilizar herramientas manuales.</li> <li>-Utilizar los dedos a modo de pinzas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Reducir las jornadas</li> <li>-Utilizar herramientas que ayuden a disminuir los movimientos repetitivos.</li> <li>-Organizar el trabajo, para que varíen sus actividades.</li> </ul>

**Fuente:** Elaboración propia (2023)

## PLAN DE CAPACITACIÓN.

En el presente plan de capacitación se detallará la Inducción de los temas a tratar del Manual de Salud y Seguridad Ocupacional que se llevara cabo dentro de empresa para, la seguridad y salud de los colaboradores que realizan sus actividades diarias en su entorno laboral

*Tabla 24 Programa de capacitación del Manual de Salud y Seguridad Ocupacional.*

<b>PROGRAMA DE CAPACITACIONES DEL MANUAL DE SALUD Y SEGURIDAD OCUPACIONAL.</b>																
FECHA:																
Objetivo: El programa de capacitación tiene como finalidad el desarrollo de las habilidades y capacidades de todo el personal para prevenir los accidentes laborales y enfermedades profesionales en la empresa.																
Actividades	Abril				Marzo				Junio				Julio			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Presentación del Manual de Salud y Seguridad Ocupacional para la empresa ASOPROTEXDIJUN.																
Capacitación sobre los riesgos laborales.																
Capacitación en el manejo de herramientas manuales y maquinaria.																
Capacitación de Condiciones optimas del trabajo.																
Capacitación en Señalización y Extintores.																
Capacitación de Equipos de Protección Personal.																
Capacitación en las Riesgos Ergonomicos.																
NOTA	El mismo cronograma se llevara acaban en los siguientes años, salvo que se tenga que hacer algunas actualizaciones oportunamente.															

## CONCLUSIONES

Se debe implantar el presente manual de Salud y Seguridad Ocupacional, con un 100% que no cuenta con el mismo la empresa ASOPROTEXDIJUN, para prevenir los riesgos laborales enfermedades profesionales que se pueden presentar a largo plazo en los colaboradores.

De acuerdo al diagnóstico realizado de la encuesta el 58.3% de los colaboradores posiblemente están expuestos algún riesgo dentro de la empresa, lo cual se implementa medidas preventivas, no más para eliminar los riesgos si no para prevenir.

Se concluye que el 75% de los colaboradores, no ha recibido capacitación sobre Salud y Seguridad Ocupacional de parte de la empresa, exponiendo a sus colaboradores a riesgos laborales y enfermedades profesionales.

Seguir los lineamientos del manual que constan de los riesgos psicosociales, donde los colaboradores se encuentran expuestos a jornadas laborales extensas la cual presenta estrés laboral, fatiga, y cansancio por las actividades que desarrollan en su trabajo aplicando las medidas preventivas para su desarrollo.

## **RECOMENDACIONES**

Con un manual de Salud y Seguridad ocupacional se podrá concientizar a los colaboradores en la importancia de cumplir con las normas y reglamentos que existen el país y a nivel internacional para asegurar el ambiente de trabajo saludable y bienestar laboral.

Capacitar sobre los riesgos laborales, equipos de protección y enfermedades profesionales que pueden estar expuestos los colaboradores en su entorno laboral.

Se recomienda dar mantenimiento cierto tiempo a las maquinas textiles para el buen funcionamiento, impidiendo interrupciones en los procesos de elaboración o accidentes laborales, realizando el respectivo manteamiento.

Se deberá capacitar sobre el buen uso de los equipos de protección personal, para proteger las partes del cuerpo con la finalidad de evitar el contacto directo con los factores de riesgos que le puedan ocasionar una lesión o enfermedad en el entorno laboral.

## BIBLIOGRAFIA

Chichara, J. (2020). VESTEX. MANUAL DE SALUD Y SEGURIDAD OCUAPCIONAL PARA INDUSTRIA DEL VESTUARIO Y TEXTILES. Obtenido de:

<https://www.vestex.com.gt/uploads/gestionsalud/Manual-de-SSO-Industria-Vestuario-y-Textiles.pdf>

Urrutia, G. (2019). UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL FACULTAD DE INGENIERIA QUÍMICA. DISEÑO DE UN MANUAL DE SEGURIDAD Y SALUD OCUAPCIONAL EN LA EMPRESA MULTISERVICES S.A. Obtenido de:

<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/41149/1/TESIS%20ISCE%20-%20277%20-%20Diseno%20manual%20segu%20y%20salud%20ocupacional%20Emp%20Multiservices.pdf>

Ergonomía en el Sector Textil. (2019). Proyecto Textil. Obtenido de:

<https://textil.ibv.org/el-proyecto/el-sector-textil/riesgos-ergonomicos-en-el-sector-textil/>

TEXTIL. (2019). Textil, Confección y Piel. Obtenido de:

[https://www.llegarasalto.com/docs/manuales\\_prl/MANUAL\\_TEXTIL\\_Q.pdf](https://www.llegarasalto.com/docs/manuales_prl/MANUAL_TEXTIL_Q.pdf)

V-TEXTIL CONFECCIÓN Y PIEL. (2020). Manual básico de Prevención de Riesgos Laborables. Obtenido:

<https://www.insst.es/documents/94886/4008412/manual+textil+confeccion+y+piel.es.pdf/f87da546-f601-f5c4-c165-fe6489b3de27?t=1663836440267>

Paucar, A. (2016). UNIVERDIDAD DEL ECUADOR. PROPUESTA DE UN MANUAL DE SEGURIDAD INSDUSTRIAL PARA UAN EMPRESA TEXTIL DEDICADA A LA CONFECCIÓN DE ROPA DEPORTIVA. Obtenida de:

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/8624/1/T-UCE-0003-AE035-2015.pdf>

Celestecielo, G. (2018). El Rincón De Celestecielo. RIESGOS Y NORMAS DE SEGURIDAD DEL EQUIPO, HERRAMIENTAS Y MATERIALES DE MODISTAS.

<https://elrincondcelestecielo.blogspot.com/2012/05/normas-de-seguridad-para-costureras-2.html#.T-JAEhfSo2g>

Quiroa, G. (2021). economipedia. Normas de seguridad industrial. Obtenido de:

<https://economipedia.com/definiciones/normas-de-seguridad-industrial.html>

**ANEXOS:****Anexo 1. Fotografía del área de confección.****Anexo 2. Fotografía del área de Corte y Trazo.****Anexo 3. Fotografía de espacios limitados.**

# DELGADO CAPILLA LUCIA MERCEDES. TESIS

**4%** Similitudes  **1%** Texto entre comillas  
 < 1% similitudes entre comillas  
 < 1% Idioma no reconocido

Nombre del documento: DELGADO CAPILLA LUCIA  
 MERCEDES. TESIS.docx  
 ID del documento: 9068c3469418db74b20358240958e3ed32d2cf90  
 Tamaño del documento original: 5,25 Mo

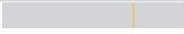
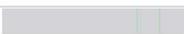
Depositante: Gladys Barragan  
 Fecha de depósito: 3/4/2023  
 Tipo de carga: interface  
 fecha de fin de análisis: 3/4/2023

Número de palabras: 11.891  
 Número de caracteres: 81.083

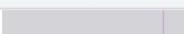
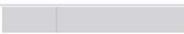
Ubicación de las similitudes en el documento:



## Fuentes principales detectadas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	 <a href="http://www.dspace.uce.edu.ec">www.dspace.uce.edu.ec</a> http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/8624/1/T-UCE-0003-AE035-2015.pdf	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (72 palabras)
2	 <a href="https://idoc.pub/documents/manual-de-seguridad-y-salud-en-el-trabajo-sector-textil-pnxko5xj394v">idoc.pub   Manual De Seguridad Y Salud En El Trabajo - Sector Textil [pnxko5xj394v]</a> https://idoc.pub/documents/manual-de-seguridad-y-salud-en-el-trabajo-sector-textil-pnxko5xj394v 1 fuente similar	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (68 palabras)
3	 <a href="https://empresas.achs.cl/conoce-sobre-el-seguro-laboral-responsabilidad-y-obligaciones-emplea...">empresas.achs.cl   Obligaciones de las empresas e instituciones (entidades emplea...</a> https://empresas.achs.cl/conoce-sobre-el-seguro-laboral-responsabilidad-y-obligaciones-emplea... 6 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (62 palabras)
4	 <a href="https://hdl.handle.net/11441/93262">hdl.handle.net   El deber de seguridad del empleador en el ordenamiento jurídico l...</a> https://hdl.handle.net/11441/93262 6 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (57 palabras)
5	 <a href="http://vestex.com.gt/uploads/gestionsalud/Manual-de-SSO-Industria-Vestuario-y-Textiles.pdf">vestex.com.gt</a> http://vestex.com.gt/uploads/gestionsalud/Manual-de-SSO-Industria-Vestuario-y-Textiles.pdf 1 fuente similar	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (65 palabras)

## Fuentes con similitudes fortuitas

N°	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	 <a href="https://mydokument.com/prevenccion-de-riesgos-en-talleres-de-confeccion-de-prendas-de-vestir.html">mydokument.com   Prevención de riesgos en talleres de confección de prendas de ...</a> https://mydokument.com/prevenccion-de-riesgos-en-talleres-de-confeccion-de-prendas-de-vestir.html	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (32 palabras)
2	 <a href="#">Documento de otro usuario</a> #074R6 El documento proviene de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (13 palabras)
3	 <a href="https://www.vrrd.cl/normativa-vigente/">www.vrrd.cl   Normativa Vigente - Safety Advice</a> https://www.vrrd.cl/normativa-vigente/	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (15 palabras)
4	 <a href="https://okupo.mx/que-maquinas-se-utilizan-en-las-fabricas/">okupo.mx   ¿Qué máquinas se utilizan en las fábricas? - okupo.mx</a> https://okupo.mx/que-maquinas-se-utilizan-en-las-fabricas/	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (10 palabras)
5	 <a href="#">Elaboración de un manual de seguridad industrial para el taller de mantenimiento ...</a> /var/dspace/bitstream/15000/19924/3/CD-9381.pdf.txt	< 1%		Palabras idénticas : < 1% (12 palabras)

**Fuentes mencionadas (sin similitudes detectadas)** Estas fuentes han sido citadas en el documento sin encontrar similitudes.

-  <https://textil.ibv.org/el-proyecto/el-sector-textil/riesgos-ergonomicos-en-el-sector-textil/>
-  [https://www.llegarasalto.com/docs/manuales\\_pr1/MANUAL\\_TEXTIL\\_Q.pdf](https://www.llegarasalto.com/docs/manuales_pr1/MANUAL_TEXTIL_Q.pdf)
-  <https://economipedia.com/definiciones/normas-de-seguridad-industrial.html>