



MUNICIPALIDAD DE SALCAJÁ

1ª calle 2-28 zona 1. Salcajá Quetzaltenango PBX: 7963-3939

WWW.SALCAJA.GOB.GT

municipalidad_salcaja@yahoo.es

Of. No. _____

Ref. _____

El Infrascrito Secretario Municipal del Municipio de Salcajá, departamento de Quetzaltenango: **CERTIFICA:**

Que tiene a la vista el libro de Actas de Sesiones del Concejo Municipal número QTZ-882-2024, autorizado por Contraloría General de Cuentas, Quetzaltenango, con fecha trece de agosto de dos mil veinticuatro, en el que aparece el punto **DECIMO**, del acta número Ciento Treinta y Tres guion Dos Mil Veinticuatro (133-2024), de fecha veintiséis de diciembre de dos mil veinticuatro, y que copiando en su parte conducente dice. -----

DECIMO: El concejo municipal entro a conocer la solicitud presentada por la Directora Municipal de Recursos Humanos de la Municipalidad de Salcajá, de fecha 26 de diciembre de 2024, documento por medio del cual presenta el **MANUAL DE SEGURIDAD OCUPACIONAL** de la Municipalidad de Salcajá, el cual ha sido estructurado, basados en la funciones y cargos de cada uno de los colaboradores de las distintas dependencias de nuestra institución. Se requiere que el mismo sea revisado, de ser necesario, brindar las posibles correcciones y mejoras, y en su momento, su aprobación correspondiente. **ENTERADO:** El concejo municipal con la facultad que le confiere el artículo 35 del Código Municipal, por unanimidad de votos se **ACUERDA:** I) Tener por recibida la solicitud y documentos adjuntos que contiene el **MANUAL DE SEGURIDAD OCUPACIONAL** de la Municipalidad de Salcajá presentada por la Directora Municipal de Recursos Humanos de la Municipalidad de Salcajá, de fecha 26 de diciembre de 2024. II) Se revisó y analizó el **MANUAL DE SEGURIDAD OCUPACIONAL** de la Municipalidad de Salcajá, y por consiguiente se aprueba sin correcciones, para su publicación y distribución donde corresponda. III) Certifíquese. (Fs) Ilegibles.

Y para remitir a donde corresponda, extendiendo, firmo y sello la presente Certificación en el municipio de Salcajá, departamento de Quetzaltenango a veintiún días del mes de enero de dos mil veinticinco.

Lic. Cristian Estiven de León de León
Secretario Municipal



DIRECCIÓN MUNICIPAL DE RECURSOS HUMANOS
SALCAJÁ, QUETZALTENANGO

RECIBIDO
21 ENE 2025

HOY A LAS 11:05





Manual de Seguridad e Higiene Ocupacional

Dirección Municipal de Recursos Humanos

**Municipalidad de Salcajá,
Quetzaltenango**

Una nueva forma de
GOBERNAR
con unidad y **SERVICIO**



Introducción

El presente manual tiene como función principal el instruir y proveer al empleado municipal las técnicas e implementos necesarios para el desempeño y desarrollo de sus funciones para la prevención de riesgo.

La seguridad ocupacional se refiere básicamente al conjunto de normas y métodos que se encuentran orientados a reducir la incidencia de accidentes, riesgos y enfermedades ocupacionales del trabajador, dentro y fuera de su ambiente laboral;

Promulgando la seguridad e higiene en cada una de las dependencias o áreas de trabajo en base a las constantes capacitaciones, así también con la debida supervisión constante de cada uno de los encargados de las diferentes dependencias, y miembros del comité de salud y seguridad ocupacional se logra el establecimiento de un ambiente seguro para el desarrollo de las labores.

Marco Legal y Normativo

Reglamento General sobre Higiene y Seguridad en el Trabajo del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS)

Obligaciones de los Patronos

Acuerdo Gubernativo 33-2016

Artículo 2. Se reforma el artículo 4 el cual queda así:

Artículo 4. Todo patrono o su representante, intermediario o contratista debe adoptar y poner en práctica en los lugares de trabajo, las medidas adecuadas de seguridad e higiene para proteger la vida, la salud y la integridad corporal de sus trabajadores, especialmente en lo relativo:

- a) A las operaciones y procesos de trabajo.
- b) Al suministro, uso y mantenimiento de los equipos de protección personal. certificado por normas internacionales debidamente reconocidas.
- c) A las edificaciones, instalaciones y condiciones ambientales; y.
- d) A la colocación y mantenimiento de resguardos, protecciones y sistemas de emergencia a máquinas, equipos e instalaciones.

Artículo 3. Se reforma el artículo 5 el cual queda así:

Artículo 5. Son también obligaciones de los patronos:

- a) Mantener en buen estado de conservación, funcionamiento y uso, de la maquinaria, instalaciones y útiles.
- b) Promover la capacitación de su personal en material de SSO en el trabajo a través de instituciones afines en la materia.

- c) Dar cumplimiento a la Política Nacional de VIH/SIDA en el lugar de trabajo.
- d) Colocar y mantener en lugares visibles, material impreso como avisos y carteles, para la promoción y sensibilización de la SSO, que sean promovidos y verificados por el Ministerio de trabajo y Prevención Social en conjunto con el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social.
- e) Proporcionar al trabajador las herramientas, vestuario y enseres inherentes y necesarios para el desarrollo de su trabajo.
- f) Permitir y facilitar la inspección de los lugares de trabajo a los inspectores de trabajo y técnicos de salud y seguridad ocupacional del Ministerio de Trabajo y Previsión Social y a inspectores de seguridad e higiene del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, con el objeto de constatar el cumplimiento de las disposiciones contenidas en los reglamentos de higiene y seguridad; y,
- g) Facilitar la creación y funcionamiento de los comités bipartitos de Salud y Seguridad Ocupacional.

CAPITULO III

Obligaciones de los Trabajadores

Artículo 8. Todo trabajador estará obligado a cumplir con las normas sobre higiene y seguridad, indicaciones e instrucciones que tengan por finalidad proteger en su vida, salud e integridad corporal.

Así mismo estará obligado a cumplir con las recomendaciones técnicas que se le den en lo que se refiere al uso y conservación del equipo de protección personal que le sea suministrado, a las operaciones y procesos de trabajo y al uso y mantenimiento de las protecciones de maquinaria.

ACUERDO GUBERNATIVO 33-2016

REFORMAS AL REGLAMENTO DE SALUD Y SEGURIDAD

OCUPACIONAL

Artículo 6. Se reforma el artículo 9 el cual queda así

Artículo 9. Se prohíbe a los trabajadores:

- a) Ejecutar actos tendientes a impedir que se cumplan las medidas de SSO en las operaciones y procesos de trabajo.
- b) Dañar o destruir los resguardos y protecciones de máquinas e instalaciones o removerlos de su sitio sin tomar las debidas precauciones.
- c) Dañar o destruir los equipos de protección personal o negarse a usarlos.
- d) Dañar, destruir o remover la señalización sobre condiciones inseguras o insalubres.
- e) Hacer juegos, bromas o cualquier actividad que pongan en peligro su vida, salud e integridad corporal o la de sus compañeros de trabajo.
- f) Lubricar, limpiar o reparar maquinas en movimiento, a menos que sea absolutamente necesario y que se guarden todas las precauciones indicadas por el encargado de la máquina.
- g) Presentarse a sus labores o desempeñar las mismas en estado etílico o bajo influencia de narcóticos o droga enervante.
- h) Realizar su trabajo sin la debida protección de vestimenta o herramienta para el trabajo que realice.
- i) Ignorar o no acatar las medidas de bioseguridad establecidas en los lugares de trabajo.
- j) Discriminar y estigmatizar a las personas que viven con VIH/SIDA, de igual manera, violar la confidencialidad y el respeto a la integridad física y psíquica de la cual tiene derecho estas personas.
- k) Discriminar y estigmatizar a las personas con capacidades especiales.

Artículo 7. Se reforma el artículo 10 el cual queda así

Artículo 10. Todo Lugar de Trabajo debe contar con un comité bipartito de SSO.

Estos Comités Bipartitos de Salud y Seguridad Ocupacional, deben ser integrados con igual número de representantes de los trabajadores y del patrono, los cuales no deben ser sustituidos por ninguna clase de

comisión o brigada que tengas funciones similares. Las atribuciones y actividades de estos comités deben estar debidamente autorizados con su libro de actas, por el Departamento de Salud y Seguridad Ocupacional del Ministerio de Trabajo y Previsión Social o la Sección de Seguridad e Higiene del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social. Y sus funciones deben ser desarrolladas en el reglamento interior de trabajo correspondiente y los lugares de trabajo que cuenten con menos de diez trabajadores deben contar con un monitor de salud y seguridad ocupacional quien tendrá a su cargo la gestión de prevención de riesgos laborales, sus atribuciones y actividades deben estar debidamente autorizados con su libro de actas, por el Departamento de Salud y Seguridad Ocupacional de Ministerio de Trabajo y Previsión Social o la Sección de Seguridad e Higiene del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social.

Reglamento Interno Municipal

TITULO XI

MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO

CAPITULO UNICO

MEDIDAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL TRABAJO

Artículo 100. Reglas de seguridad e higiene: Los empleados municipales, deberán atender las instrucciones de sus jefes inmediatos, del alcalde Municipal y del Concejo Municipal, relativas a las reglas de seguridad e higiene en el trabajo; además observarán las específicas siguientes:

1. Cumplir con las medidas de prevención de accidentes que el Instituto Guatemalteco de Seguridad Social ha establecido para tal efecto, así como todas aquellas que ha establecido o recomendado la municipalidad.
2. Hacer del conocimiento a la mayor brevedad posible a la Dirección Municipal de Recursos Humanos cuando se susciten accidentes laborales, o cuando un empleado presente quebrantos de salud o

resulte lesionado durante la jornada laboral y que manifieste síntomas de alguna enfermedad contagiosa que pone en riesgo la salud de los demás empleados.

3. Hacer del conocimiento de la Dirección Municipal de Recursos Humanos, cualquier deficiencia en las instalaciones eléctricas, maquinaria, equipo y otras que pongan en peligro la vida, salud y seguridad de los empleados que se encuentren en la municipalidad, con el fin de que se corrija la deficiencia.
4. Abstenerse de fumar dentro de las instalaciones Municipales y especialmente en los lugares en que se encuentran materiales inflamables que pongan en peligro la seguridad de los empleados, así como de los bienes.
5. En caso de desconocer el manejo de cualquier aparato o máquina que deba utilizar, deberá solicitar al Director (a) Municipal de Recursos Humanos o al jefe inmediato, que gire las instrucciones a donde corresponda a fin de que se brinde la capacitación necesaria para su correcta utilización.
6. El Director (a) Municipal de Recursos Humanos se encargará de ubicar botiquines que deberán contener medicinas y utensilios de primeros auxilios para el caso de cualquier accidente o emergencia. donde se considere pertinente.
7. La municipalidad proveerá del equipo de seguridad necesario, al personal Administrativo así también de campo relacionado con el tren de aseo, servicio de agua potable, alcantarillado, y otros que representen riesgos a la salud e integridad física.

Manual de Salud y Seguridad Ocupacional

Objetivo General

Generar ambientes seguros, limpios y agradables para los colaboradores de la Municipalidad contribuya a aumentar el rendimiento y satisfacción en el trabajo, así como ofrecer instalaciones seguras e higiénicas a los ciudadanos.

Objetivos Específicos

- Fortalecer la Salud y Seguridad ocupacional del personal de la Municipalidad de Salcajá, Quetzaltenango
- Implementar instrumentos para la verificación de la salud y seguridad en el trabajo.
- Reducir accidentes a través del uso del equipo de protección y de la aplicación de procedimientos

Justificación

La seguridad en el trabajo es un derecho que todo trabajador debe de tener, por tal motivo es importante que todos los empleados municipales de la Municipalidad de Salcajá, Quetzaltenango, conozcan sobre el tema de Salud y Seguridad para el correcto y seguro desarrollo de sus labores.

Filosofía Institucional de la Municipalidad de Salcajá

Misión

Brindar los servicios básicos técnicamente eficientes y auto sostenibles que promuevan el desarrollo integral y favorezcan la mejor calidad de vida de sus habitantes.

Visión

Ser un municipio modelo de gestión, ordenamiento y administración de su territorio en toda la región y la república de Guatemala.

Lineamientos Generales

- La seguridad en el trabajo es el conjunto de técnicas y procedimientos que tienen por objeto eliminar o disminuir el riesgo de que se produzcan los accidentes de trabajo. Implementar instrumentos para la verificación de la salud y seguridad en el trabajo.
- Para entender y aplicar la seguridad del trabajo es preciso poseer conocimientos que corresponden a materias tan distintas y diversas como ingeniería, legislación, gestión y organización, análisis estadístico, entre otras.

Higiene en el Trabajo

Es el conjunto de normas y procedimientos que busca proteger la integridad física y mental del trabajador, al resguardarlo de los riesgos de salud inherentes a las tareas del puesto y al ambiente físico donde las realiza. La higiene laboral gira en torno al diagnóstico y la prevención de males ocupacionales, a partir de estudio y control de dos variables: el hombre y su ambiente laboral.

Objetivos de la Higiene Laboral

La higiene laboral o la higiene industrial son de carácter eminentemente preventivo, pues su objetivo es la salud y la comodidad del trabajador, al evitar que se enferme y se ausente provisional o definitivamente del trabajo.

Entre los principales objetivos de la higiene laboral están:

- Eliminar las causas de las enfermedades profesionales,
- Reducir los efectos perjudiciales provocados por el trabajo en personas enfermas o que tienen discapacidades físicas.
- Prevenir que se agraven los males y las lesiones.
- Conservar la salud de los trabajadores y aumentar su productividad por medio del control del ambiente laboral.

Tipos de Riesgos Laborales

Enfermedad Ocupacional

Se entiende por enfermedad ocupacional como todas aquellas patologías o afecciones adquiridas por causa del trabajo, cuando un

trabajador o trabajadora se expone a factores de riesgos en las actividades laborales se consideran de origen ocupacional, esta enfermedad se complementa y se puede descartar mediante una investigación, incluyendo todos los aspectos del medio ambiente de trabajo y agentes directos e indirectos que pudieran afectar la salud del trabajador objeto de estudio.



Riesgos del medio ambiente físico o social:

Pueden ser controladas por el empleador como es la contaminación ambiental la violencia social y los desastres naturales.



Riesgo biológico: Generado por exponerse a elementos que desarrollan reacciones alérgicas, enfermedades infecciosas, intoxicaciones, etc.



Riesgo químico: Involucran sustancias o compuestos que interactúan con el cuerpo humano y que pueden generar quemaduras;

son producidos por inhalación, absorción cutánea, ingestión de líquidos, de gases etc.



Riesgo ergonómico de carga física: Procesos que causan afectación en la productividad del trabajador por motivo de cargas físicas, posturas o por el diseño del puesto de trabajo.



Riesgo físico: Son las que pueden afectar a la salud del empleado siendo el ruido y la iluminación.



Riesgo psicosocial: Son las condiciones presentes directamente relacionadas con la organización del trabajo y su entorno social, con el contenido del trabajo y la realización de la tarea y que se presentan con capacidad de afectar el desarrollo del trabajo y la salud (física, psíquica o social) del trabajador.



Riesgo de seguridad: Exposición a condiciones peligrosas que se puedan causar por un equipo de mecanismo, objeto o instalaciones locativas.



Riesgo de saneamiento básico: Manejo de residuos peligrosos y la recolección, el tratamiento y la disposición de basuras e inadecuado control de insectos, plagas y roedores.

Comité de Salud y Seguridad Ocupacional

Es una organización dentro de la Municipalidad de Salcajá, cuya finalidad es velar porque se mantengan buenas condiciones de Higiene y Seguridad, dar sugerencias para prevenir accidentes, el buen funcionamiento y estado de las máquinas y herramientas, reportar a jefes de Dependencias, Dirección Municipal de Recursos Humanos, alcalde Municipal, Concejo Municipal, sobre los riesgos que detecten como un peligro para la salud de las y los trabajadores. Dicho comité debe de ser integrado por los siguientes cargos: Coordinador, secretario y vocales , tomando en cuenta a un miembro del concejo municipal y ya conformado el comité debe de ser presentado y aprobado por el concejo municipal.

La documentación con la que debe de contar dicho Comité debe de ser la siguiente:

- a) Libro de actas, el cual debe estar debidamente foliado y empastado.
- b) Presentar por escrito el nombre de las personas que integran el comité.
- c) Número de trabajadores.
- d) Número patronal del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social.

Especificaciones de las Actas del Comité:

- Lugar y fecha donde se realiza la reunión.
- Hora de inicio y hora de finalización.
- Nombre y apellidos, cargo de las personas que participaron.

- Nombres, apellidos y cargo de las personas convocadas que no asistieron y en caso de haber presentado justificación de inasistencia, hacer mención en el Acta.
- Descripción del cumplimiento de los acuerdos y compromisos logrados en la reunión anterior y dar seguimiento en lo que no se concluyó.
- Firma y nombre de todos los asistentes a la reunión.

Fortalecimiento de la Salud y Seguridad de la Municipalidad:

Conformación del Comité de Salud y Seguridad Ocupacional

Actividades principales del comité

- Planificar, programar y evaluar el avance de los objetivos de dicho manual.
- Hacer cumplir el presente manual y sancionar a los colaboradores que incumplan con el mismo.
- Reunirse trimestralmente para analizar, planificar y evaluar el avance de los objetivos establecidos en el presente manual.
- Analizar las causas y estadísticas de los incidentes y de las enfermedades ocupacionales emitiendo las recomendaciones respectivas.
- Implementar un buzón de sugerencias en materia de Salud y Seguridad Ocupacional.
- Implementar boletín de Salud y Seguridad Ocupacional.

Comité de Salud y Seguridad Ocupacional

Objetivo:

Analizar y evaluar el avance de los objetivos establecidos en lo antes descrito para identificar las causas de los accidentes y analizar estadísticas de seguridad emitiendo las recomendaciones necesarias.

Alcance:

Todas las dependencias Municipales

Requisitos:

El comité debe de estar formado por los jefes de las diferentes dependencias municipales y un empleado municipal de cada dependencia.

Se debe de integrar una junta directiva, la cual estará conformada de la siguiente manera:

- **Presidente:** es quien será el responsable del cumplimiento de los acuerdos y de verificar el cumplimiento de dicho manual.
- **Secretario:** Solicitara a los integrantes de dicho comité una relación respetuosa y asignara cargos juntamente con el presidente.
- **Vocales:** Participar en las inspecciones sobre las condiciones generales de seguridad e higiene que practique la autoridad laboral en el centro de trabajo, en su caso.

La agenda del comité podría incluir lo siguiente:

1. Asistencia
2. Aprobación del acta anterior
3. Debate de asuntos de salud, seguridad e higiene.
4. Revisión de estadísticas de accidentes, riesgos, etc.

Funciones del Comité:

Analizar y evaluar el avance de los objetivos establecidos en lo antes descrito para identificar las causas de los accidentes y analizar estadísticas de seguridad emitiendo las recomendaciones necesarias.

1. Hacer cumplir el presente manual
2. Realizar inspecciones periódicas en las diferentes instalaciones municipales.
3. Reunirse trimestralmente en forma ordinaria para analizar y evaluar el avance de los objetivos planteados.
4. Sancionar a los empleados municipales que no hagan uso del equipo de seguridad o el incumplimiento de las recomendaciones dadas.
5. Dar seguimiento a las recomendaciones de los colaboradores.

Programación de capacitaciones en materia de Salud y Seguridad Ocupacional:

Actividades:

- Establecer los temas a impartir
- Contactar a facilitadores expertos en el tema
- Elaborar el cronograma de capacitaciones juntamente con la Dirección Municipal de Recursos Humanos
- Logística necesaria

Condiciones ambientales de trabajo

Iluminación: Contar con una buena visibilidad de luz natural o en su caso un excelente sistema de luminosidad artificial (bombillas), de lo contrario afectará la vista del trabajador.

Ruidos: Puede ser un sonido indeseable. El sonido tiene dos características principales: **frecuencia e intensidad**. La frecuencia del sonido es el número de vibraciones por segundo, emitidas por la fuente de ruido, y se mide ciclos por segundo (cps). La intensidad de sonido se mide en decibeles (db). La evidencia y las investigaciones hechas muestran que el ruido no provoca disminución en el desempeño del trabajo

El ruido sobre la salud del empleado y principalmente sobre su audición, es poderosa. La exposición prolongada a elevados niveles el ruido produce, de cierta manera, pérdida de audición, proporcional al tiempo de exposición al ruido, mayor será el grado de pérdida de audición.

El efecto desagradable de los ruidos depende de:

- a) La intensidad del sonido
- b) La variación de los ritmos o irregularidades;
- c) La frecuencia o tono de los ruidos

Colores: El principal objetivo es que los empleados municipales puedan identificar los colores que significan aspectos importantes, como puntos de riesgo o peligro.

Orden y Limpieza en los Lugares de

Trabajo: Uno de los factores que más influencia ejerce en la prevención de accidentes es precisamente el orden y limpieza en las oficinas de trabajo ya que, además de suprimirse con ello un elevado número de condiciones de inseguridad origen de múltiples accidentes, contribuye a la seguridad por el efecto psicológico que ejerce sobre la población trabajadora

Recomendaciones generales



Prevención de contagio de enfermedades virales

- El colocarse el lapicero u otro objeto a la boca
- Desinfectar de forma periódica el teléfono que utilizan en cada una de las dependencias
- Colocar de forma adecuada el papel Higiénico, clínex que ya haya sido utilizado por padecer de gripe, en el basurero.
- Limpiar de forma constante el escritorio, teclado, mouse ya que son medios de gérmenes y / o virus.
- El personal que cuente con gripe debe de utilizar mascarilla.



Pisos, Paredes, Pasillos y / o Corredores, Puertas y Escaleras

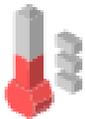
- **Pisos:** No deben de ser resbaladizos, deben ser pisos lavables.

- **Paredes:** deben de ser lisas, repelladas, siempre deben de estar en buen estado, pintadas en tonos claros.
- **Pasillos y/o Corredores:** deben de estar siempre limpios, ordenados sin ningún obstáculo que provoque un accidente.
- **Puertas:** deben de estar en buen estado para el resguardo y cuidado de la oficina, así mismo para evitar accidentes.
- **Escaleras:** deben de contar con estabilidad, claridad y seguridad.



Ventilación natural y mecánica

- Mantener ventanas y puertas operativas para permitir el flujo natural de aire
- Evitar obstáculos que impidan la circulación del aire.
- En caso de carecer de ventilación natural o que esta sea insuficiente, se debe implementar ventilación adecuada para una correcta temperatura



Temperatura y humedad

Debe de ser aceptable para el bienestar de los empleados municipales y no les perjudique en el desempeño de sus labores.



Iluminación

- Cada una de las dependencias, pasillos o lugares de trabajo deben de contar con la correcta iluminación siendo natural o artificial, para la seguridad de los empleados

- Al colocar iluminación artificial, se debe contar con las medias de seguridad para que no existan accidentes entre ellos un incendio o que afecten a la salud del empleado.



Limpieza

- Cada una de las dependencias, pasillos, salones, bodegas entre otras deben de estar limpios, para lo cual se realizará una constante limpieza.
- La limpieza se realizará antes del inicio laboral.
- Al realizar limpieza y pueda afectar la salud de los empleados que están a cargo de realizarla se les proporcionará el equipo necesario para poderse proteger (mascarilla, guantes entre otros).
- El equipo de limpieza debe mantenerse en un lugar apropiado.
- Se deberá utilizar productos de limpieza que no sean perjudiciales para el empleado.
- Deben de colocarse basureros en las diferentes oficinas, pasillos, salones, bodegas, entre otros.
- El vaciado de los basureros se debe realizar dos veces al día o cuando sea requerido.



Consumo de agua pura

- Colocarse en lugares estratégicos para el consumo de los empleados y de los visitantes
- El contenedor del agua pura debe de mantenerse limpio, debe de ser lavado dos veces a la semana, colocarlo en un lugar seguro para no causar un accidente por derrame de líquidos.



Cocina

- Debe de mantenerse limpia por la clase de manipulación de alimentos que se realizaran dentro de la misma.



Servicios Sanitarios

- Se deben mantener limpios, realizando dos veces al día limpieza, en cada uno de los servicios sanitarios o cuando sea requerido.
- Se debe implementar un control de limpieza
- Se colocarán indicaciones para que sean utilizados de forma responsable, para evitar el exceso el deterioro de las instalaciones.



Parqueo para vehículos municipales

- Debe contar con las instalaciones apropiadas para el resguardo tanto de los vehículos como de los empleados que hagan uso de las instalaciones.

Protección personal

El personal de la municipalidad de Salcajá, debe de contar con la debida protección en base a las funciones que desempeña tanto el personal operativo como administrativo.

Tomando en cuenta el crecimiento de la Municipalidad y la creación de nuevos puestos, como la necesidad en el servicio, se debe proveer el equipo de protección personal necesario.

Principios básicos de prevención y seguridad en el trabajo

Botiquín

- Se instalará un botiquín de emergencia en cada nivel del edificio municipal, garantizando acceso inmediato a suministros de primeros auxilios.
- La ubicación de cada botiquín deberá estar claramente señalizada y ser de fácil acceso para todo el personal.
- Todas las dependencias municipales ubicadas fuera del edificio principal deberán contar con su propio botiquín de emergencia.
- La instalación se realizará en un área visible y accesible dentro de alguna dependencia.
- Se designará a un jefe de dependencia como responsable del botiquín en cada nivel del edificio.

Contenido del Botiquín

Según lo establecido en el Artículo 304 del Reglamento de Salud y Seguridad Ocupacional, el botiquín debe contener lo siguiente:

ARTÍCULO 304. *

El botiquín de primeros auxilios debe disponer de medicamentos, para uso general como analgésicos, antihistamínicos, sales de rehidratación oral o similar. Además, deberá contar con los siguientes productos:

- a) Alcohol;*
- b) Agua oxigenada;*
- c) Algodón;*
- d) Gasas estériles;*
- e) Vendas de gasa;*
- f) Vendas elásticas;*
- g) Férulas para inmovilizar;*
- h) Jabón antiséptico;*
- i) Curitas;*
- j) Esparadrapo de papel o tela;*
- k) Tijeras con punta abotonada;*
- l) Guantes de látex; y,*
- m) Termómetro*

Sismos

Ante un temblor, o terremoto se debe de permanecer en lugares seguros siendo los siguientes: Debajo de un escritorio o al lado de una columna, sobre todo manteniendo la calma

Recomendaciones

- Se debe de sondear con anticipación para Identificar las zonas de seguridad de las instalaciones y localizar las rutas de evacuación.

- Durante el sismo reaccione con serenidad y conserve la calma para evitar accidentes, aléjese y elimine fuentes de incendio, Aléjese de ventanas y objetos que puedan caer.
- Después que haya pasado el sismo desaloje con prontitud y en orden el área de trabajo, Ayude en lo posible, de lo contrario no se exponga, Aléjese de viviendas dañadas

Evacuación en caso de sismos

Procedimiento de evacuación en caso de sismos:

1. **Alarma:** Al momento de presentarse un sismo, lo primero a realizar es activar la alarma a manera de que todo el personal escuche e inicie el proceso de evacuación de sus respectivas áreas de trabajo, este proceso estará a cargo de uno de los miembros de la Comisión para la Prevención de desastres.
2. **Rutas de Evacuación:** Una vez escuchado el sonido de la alarma, cada uno procede con la evacuación siguiendo la rotulación de las rutas de evacuación ya establecidas.
3. **Punto de Reunión:** La evacuación debe llevarse a cabo manteniendo la calma para no generar accidentes por entrar en un estado de pánico, lo inmediato es dirigirse al punto de reunión o área segura más cercano que se tenga.
4. **Tiempo de Espera:** Cada uno debe permanecer en el punto de reunión hasta que el movimiento sísmico haya transcurrido.
5. **Comunicación:** Si mediante el proceso de evacuación se haya presentado algún accidente, esté se debe comunicar de forma inmediata al Comité de Seguridad.
6. **Finalización:** Una vez transcurrida la emergencia, y de no haber existido daños en la infraestructura, cada uno procede a retomar sus actividades en sus respectivas áreas de trabajo.

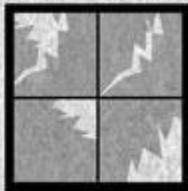
RECOMENDACIONES EN CASO DE SISMOS

DURANTE -EN UN EDIFICIO O LUGAR PÚBLICO-

Active su



**PLAN EMPRESARIAL
DE RESPUESTA**



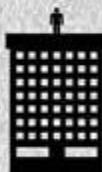
Aléjese de las ventanas,
anaqueles y escaleras.



Colóquese al lado
de columnas.



Agáchese, cúbrase la
cabeza y agárese a una
estructura fuerte, por
ejemplo, bajo una mesa.



Verifique el área en donde
se encuentra, si esta
dentro de un edificio
permanezca ahí, no salga,
no corra y protéjase.



Cuando deje de temblar
evacúe ordenadamente el
edificio, siguiendo la
señalización de rutas de
evacuación y diríjase a los
puntos de reunión establecidos.



Espere a que el edificio sea
revisado estructuralmente
antes de volver a ingresar.



No propague
rumores.



Atienda las
recomendaciones
de las autoridades.

Conozca los planes de respuesta que establece
CONRED en www.conred.gob.gt/planes.



SÍGUENOS EN:
www.conred.gob.gt



Comisión de evacuación:

Coordinador	
Responsabilidad	Funciones
Promover, dirigir, establecer, supervisar, informar, requerir, controlar y ejecutar las actividades referentes a la Evacuación en Casos de Emergencias.	<ol style="list-style-type: none">1. Implementación de decisiones estratégicas y tácticas.2. Evaluar las prioridades del incidente.3. Planificar y ejecutar ejercicios de simulación y simulacro.4. Actualizar los planes operativos.

Oficial de Seguridad	
Responsabilidad	Funciones
Responsable de la vigilancia y evaluación de situaciones peligrosas e inseguras así como el desarrollo de las medidas de seguridad del personal que conforma la estructura organizativa.	<ol style="list-style-type: none">1. Obtener un reporte rápido del Coordinador de la Comisión de Evacuación.2. Participar en reuniones de Planificación.3. Revisar los planes operativos.4. Identificar situaciones potencialmente inseguras de las condiciones estructurales.5. Evaluar periódicamente los equipos contra incendios.6. Identificar y señalar los lugares donde están los tableros eléctricos.7. Identificar y señalar los lugares donde exista material combustible e inflamable.

Oficial de Control, Registro y Atención Prehospitalaria

Responsabilidad	Funciones
<ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="284 821 756 1087">1. Garantizar la integridad física del personal, verificar la evacuación y restringir el ingreso al área afectada.<li data-bbox="284 1152 756 1472">2. Garantizar la atención prehospitalaria al personal y visitantes que se encuentren en las instalaciones durante una situación RED	<ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="829 632 1385 709">1. Verificar que todas las personas evacuen las instalaciones<li data-bbox="829 726 1385 848">2. Efectuar en el punto de reunión el conteo de las personas evacuadas.<li data-bbox="829 865 1385 1136">3. Verificar que todo el personal se encuentre con su respectiva área de trabajo en el punto de reunión, hasta que el coordinador indique el retorno a sus actividades.<li data-bbox="829 1152 1385 1283">4. Brindar atención prehospitalaria a las personas que resulten con daños físicos.<li data-bbox="829 1299 1385 1472">5. Coordinar el traslado de las personas que lo necesiten a través de los cuerpos de socorro a un centro asistencial.<li data-bbox="829 1488 1385 1619">6. Elaborar un listado de personas atendidas y trasladadas a centros asistenciales.

Oficial de Búsqueda y Localización	
Responsabilidad	Funciones
<p>1. Desarrollar las actividades de búsqueda, localización y rescate de posibles víctimas con el fin de brindar atención, estabilización y evacuación de las mismas.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Requerir toda la información necesaria para realizar una adecuada planeación de la búsqueda, localización y rescate. 2. Aplicar las técnicas de búsqueda, localización y rescate. 3. Localizar y marcar el área en donde se ubican las víctimas. 4. Coordinar con las instituciones expertas la búsqueda y rescate de personas en las áreas señalizadas. 5. Elaborar y entregar a los cuerpos especialistas de búsqueda y rescate el croquis del marcaje de la localización de las víctimas.

Funciones y responsabilidades establecidas por CONRED, extraídas de:
https://conred.gob.gt/documentos/planes/DRE_20200113_PE.pdf

Incendios

Tipos de Incendios

Clase A

Involucran a los combustibles ordinarios o materiales fibrosos, tales como la madera, el papel, la tela, las gomas y ciertos plásticos.

¿Cómo evitarlos?: Mantenga las áreas de trabajo y de almacenaje libres de basura.

Clase B

Involucra a los líquidos inflamables o combustibles tales como la gasolina el kerosene, la pintura, los aditivos y el propano.

¿Cómo evitarlos?: No le suministre combustible a equipos que se encuentren en un espacio cerrado especialmente si hay una llama abierta de un horno.

Clase C

Involucra a los equipos eléctricos energizados, tales como los electrodomésticos, los interruptores, las cajas fusibles y las herramientas eléctricas.

¿Cómo evitarlos?: Identifique los cables viejos, los aislamientos desgastados y las piezas eléctricas rotas. Reporte toda condición peligrosa a su jefe inmediato. No sobrecargue los interruptores de pared.

Clase D

Involucra a ciertos metales combustibles tales como el Magnesio, el Titanio, el Potasio y el Sodio. Estos metales arden a altas temperaturas y exhalan suficiente oxígeno como para mantener la combustión. Pueden

reaccionar violentamente con el agua y otros químicos, y deben ser manejados con cautela.

¿Cómo evitarlos? Mantenga los metales combustibles (magnesio, sodio, potasio, titanio) alejados de humedad y separe estos materiales de otros productos inflamables.

Medidas básicas de Prevención de Incendios

Las medidas preventivas son el conjunto de acciones orientadas a evitar, en lo previsible, el inicio de cualquier fuego y si este se produce, minimizar los efectos que puede provocar. Con carácter general, pueden señalarse algunas medidas de prevención de incendios:

- Sustituir los productos combustibles, por aquellos otros que revistan menor riesgo.
- Ventilar las dependencias con riesgo de concentración de vapores
- Cuidar y velar por el orden y la limpieza en las dependencias de la Municipalidad.
- Almacenar y transportar los materiales combustibles en recipientes estancos.
- Mantener los materiales combustibles en lugares frescos y alejados de focos de calor.
- Mantener las instalaciones eléctricas en correcto estado según los reglamentos vigentes.
- Ignifugar tejidos, moquetas, etc.
- Señalizar aquellas zonas con riesgo de incendios.
- Entrenar al personal necesario en el manejo de extintores y prevención de incendios.
- No tirar cigarrillos a las papeleras

Recomendaciones de CONRED en caso de incendios

Incendios

1. Un incendio es una acumulación de fuego no controlado que puede destruir algo que no está destinado a quemarse. Puede afectar a estructuras y a seres vivos.

2. La exposición a un incendio puede producir la muerte, generalmente por:

- desoxigenación por intoxicación
- inhalación de humo
- quemaduras graves.

3. Para que se inicie un fuego se necesitan tres factores que se denominan los triángulos del fuego:

- oxidizante: Oxígeno que se encuentra en el aire.
- calor o energía de activación: Cualquier materia inflamable.
- combustible: Cualquier materia inflamable.

Datos Guatemala

1998: Uno de los años con más incendios.

Área Afectada: 678,765 hectáreas

Departamento más afectado: Petén

Número de incendios: 498

Antes

1. Revise periódicamente la instalación eléctrica de su casa y solicite este servicio en su lugar de trabajo.

2. Recuerde que toda conexión o interruptor eléctrico debe tener su tapa debidamente anclada.

3. No sobrecargue los enchufes con demasiadas conexiones desdobladas o solicite la instalación de circuitos adicionales.

4. Evite empalmes en las conexiones y asegure que los cables de los aparatos eléctricos se encuentren en buenas condiciones.

5. No conecte aparatos que se hayan humedecido.

6. En caso de fuga de gas no encienda ni apague luzes, ventiladores ni otros aparatos en las habitaciones.

7. Mantenga fuera del alcance de los niños, niñas, niñas, niños, menores y discapacitados material inflamable.

8. Apague perfectamente los fósforos y las calizas de cigarrillos.

9. Pruebe con frecuencia el funcionamiento de su extinguidor portátil en un lugar accesible. Aprenda de saber cómo usarlo y verificar que funcione correctamente.

Durante

1. Conserve la calma y procure tranquilizar a sus familiares o compañeros de trabajo.

2. Corte los suministros de energía eléctrica y de gas.

3. No abra puertas ni ventanas, porque con el aire el fuego se extiende. Si es necesario abrir una puerta, tóquela; si está caliente no la abra, el fuego debe estar tras ella.

4. Si el fuego se extiende, llame a los bomberos y siga sus instrucciones.

5. En caso de evacuación, no corra, no grite, no empuje. No pierda el tiempo buscando objetos personales.

6. No use los elevadores.

7. Ayude a salir a los niños, ancianos y minusválidos.

8. Si hay gases y humo, desplácese de rodillas gateando y de ser posible tapese nariz y boca con un trapo húmedo.

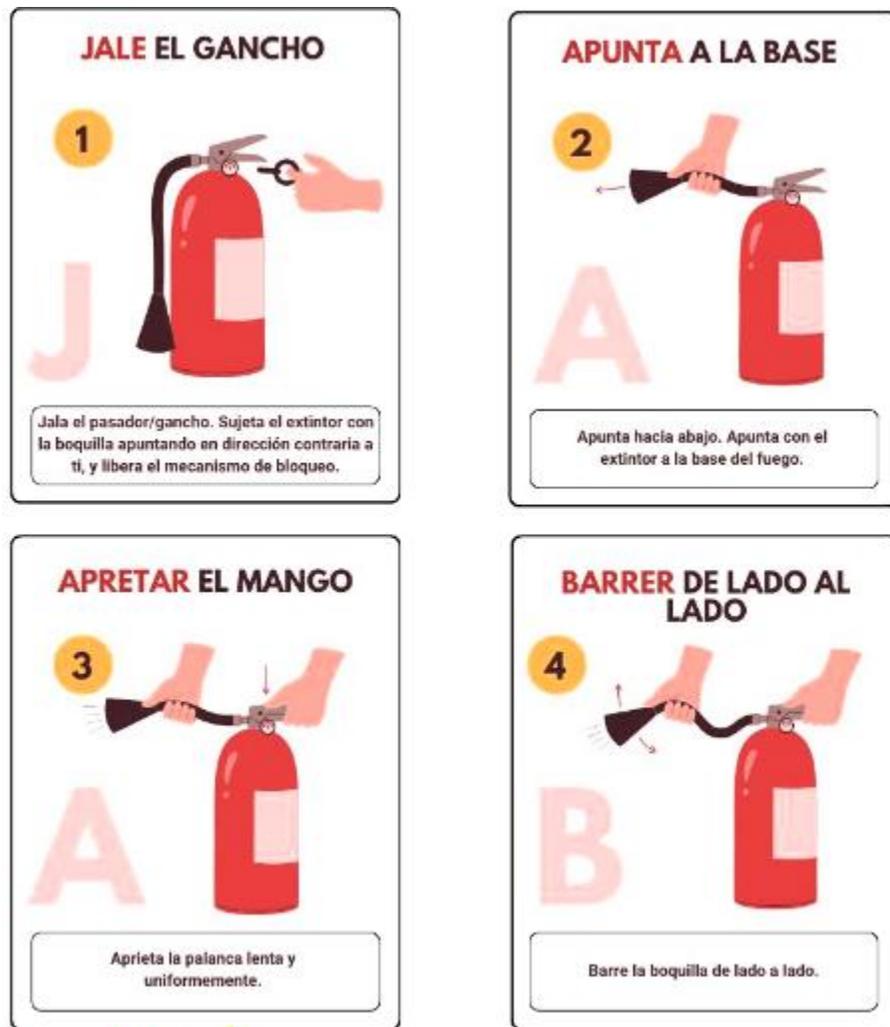
9. Si se incendia su ropa, no corra, trese al piso y ruede lentamente, de ser necesario cubrase con una manta para apagar el fuego.

querrá quedarse sin agente extintor antes de que el fuego se haya extinguido por completo.

- **Barre de lado a lado:** Una vez que haya comenzado a descargar el contenido del extintor, bájelo de lado a lado para cubrir la mayor parte posible de la zona afectada por el fuego.
- **No olvide comprobar si hay fuegos ocultos:** Una vez extinguidas las llamas visibles, asegúrese de comprobar si hay puntos calientes ocultos que puedan reavivar el fuego. Los extintores son una gran herramienta para combatir los incendios, pero sólo si se utilizan correctamente. Siguiendo estos sencillos consejos, puede asegurarse de estar preparado en caso de emergencia.

Prevenición		Extintores para cada tipo de fuego				
Símbolo de clase						
Tipo de fuego	Combustibles comunes (Madera, papel, tela, etc)	Líquidos inflamables (Naftas y solventes)	Equipos electrónicos (Celulares, impresoras, etc)	Metales combustibles (Magnesio, litio, titanio)	Elementos para cocinar (Grasas y aceites de cocina)	
ABC polvo químico						
BC polvo químico						
Polvo seco						
Agua						

Infografía sobre extintores para cada tipo de fuego



Infografía de uso adecuado de extintores

Primeros Auxilios

Medidas a considerar para prestar primeros auxilios

1. Conservar la calma para actuar de forma correcta.
2. Evitar aglomeraciones para evitar entorpecer la labor del socorrista.
3. Por ningún motivo mover a la víctima hasta estar seguro de que se puede realizar movimientos sin riesgo de empeorar las lesiones ya existentes. No obstante, existen situaciones en la que la movilización debe ser inmediata, cuando las condiciones ambientales así lo exijan o bien cuando se debe realizar una maniobra.

4. Examinar al herido realizando una evaluación primaria, que consiste en determinar aquellas situaciones en que exista la posibilidad de la pérdida de la vida en forma inmediata. Posteriormente se efectuará la evaluación secundaria.
5. Tranquilizar al herido, los accidentados suelen estar asustados, desconocen las lesiones que sufren y necesitan a alguien en quien confiar en esos momentos. Es función del socorrista ofrecer esa confianza y mejorar el estado anímico del lesionado.
6. No proporcionar líquidos al accidentado que se encuentre semiconsciente o inconsciente, esto podría provocar un paro respiratorio.
7. Mantener la temperatura corporal del accidentado ya que cuando el organismo humano recibe una lesión, se activan los mecanismos de autodefensa implicando en muchas ocasiones, la pérdida del calor corporal. Esta situación se acentúa cuando existe pérdida de sangre, ya que una de las funciones de esta es la de mantener la temperatura del cuerpo.
8. Avisar a los números de emergencia (bomberos Municipales) para pedir ayuda y establecer un tratamiento médico lo más rápido posible.
9. Trasladar adecuadamente, es muy importante acabar con la práctica habitual de la evacuación en vehículo particular, ya que si la lesión es vital no se puede trasladar y se debe atender inmediatamente, y si la lesión no es vital, quiere decir que se puede esperar la llegada de un vehículo debidamente acondicionado.
10. No medicar, esta facultad está reservada exclusivamente a los médicos.

Pasos para la evaluación primaria: Reconocimiento de Signos Vitales

a) Conciencia: Sistema Nervioso	
Valoración	
Consciente: responde a estímulos.	
Inconsciente: No responde a estímulos.	

b) Respiración: Sistema Nervioso	
Apertura de vías aéreas (Maniobra "Frente-Mentón")	
Valoración	
Ver (Movimientos torácicos o del abdomen)	
Oír (La respiración del accidentado: por boca o nariz)	
Sentir (La respiración acercando nuestra mejilla a la boca-nariz del accidentado)	
Correcto: La respiración está presente	
Incorrecto: La respiración no está presente.	

c.) Pulso (Aparato circulatorio)	
Situar dos dedos a la arteria carótida, a la altura de la Nuez de Adán de 5 a 10 segundos	
Valoración	
Correcto: El pulso está presente	
Incorrecto: No hay pulso.	

Si no existen problemas en la primera fase de la evaluación, pasaremos a la evaluación secundaria

Valoración secundaria

- a) Averiguar la historia de lo sucedido, simultáneamente verificar los signos y síntomas mediante un examen físico desde la cabeza

hasta los pies, esto le permitirá establecer un diagnóstico general del accidentado.

- b) Proporcione los primeros auxilios, siempre debe darles prioridad a las lesiones más graves.
- c) Traslade a un centro asistencial, de preferencia llevar al accidentado a un hospital más cercano o al Instituto de Seguridad Social (IGSS) siempre y cuando cuente con la cobertura de este último.

Primeros Auxilios en caso de pérdida del conocimiento

Una pérdida brusca de la conciencia y de tono postural, es de duración breve, con recuperación espontánea sin necesidad de maniobras de reanimación.

El paciente conserva la frecuencia respiratoria, circulación y temperatura corporal. Puede ser causada por una emoción fuerte (miedo, alegría) aire viciado en sitios cerrados, ayuno, dolor, cansancio, calor excesivo.

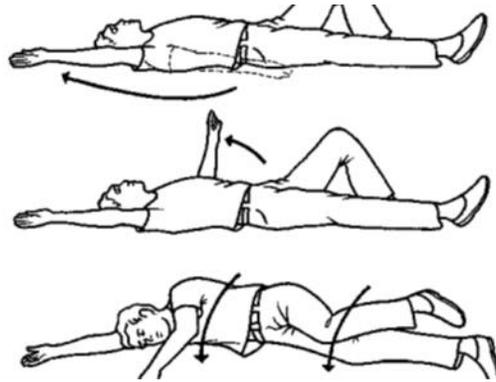
Primeros Auxilios a una persona con pérdida del conocimiento o desmayada

1. Colocar al paciente en forma horizontal.
2. Elevar unos 20cm los pies para facilitar el retorno de la sangre en el cerebro.
3. Aflojar las prendas de vestir, que puedan dificultar la respiración.
4. Lleve a un lugar ventilado o ventile al paciente (abanico ventilador etc.).
5. Tranquilizar al paciente, hablarle que controle la frecuencia respiratoria inhalando profundamente por la nariz y exhalando suavemente por la boca.

Posición lateral de seguridad

6. Si hay vómitos colocar en posición de recostado con la cara a un lado.

7. Traslade a un hospital o centro médico



Posición de recuperación si el paciente se encuentra semi inconsciente o inconsciente para evitar que se ahogue

Heridas

Al tener una herida mantener en mente que debe hacer lo siguiente:

- Detener o controlar la hemorragia
- Prevenir la infección
- Prevenir o controlar el shock

Primeros auxilios en Heridas:

Heridas leves

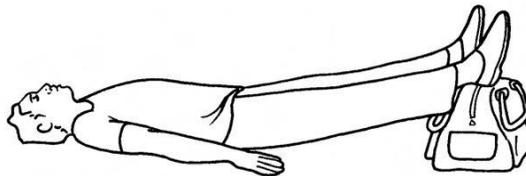
Podemos considerar heridas leves aquellas donde no existe sangramiento abundante, afectan únicamente la piel por ejemplo: raspones.

- Lavarse bien las manos y protegerse con guantes látex.
- Lavar bien la herida con abundante agua y jabón.
- Aplicar un antiséptico, si el jabón que utiliza no es yodado.
- Proteja la herida con una gasa estéril.
- Sujetar la gasa con esparadrapo.
- Recomendar que el accidentado se aplique la vacuna contra el tétano en un centro de salud.
- No requiere traslado al hospital.

Heridas graves

Este es un tipo de lesión con mayor riesgo de muerte ya que el sagrado es abundante.

1. Destapar la herida.
2. Mantener al accidentado acostado para evitar que entre en shock.
3. Colocar un apósito (gasa, algodón o vendaje).
4. Hacer presión directa sobre la herida. Colocando su mano enguantada sobre el apósito.
5. Mantener el área lesionada, a un nivel más alto que el corazón. Si la hemorragia continua, aplicar presión indirecta sobre la arteria más cercana a la herida, ejemplo: braquial, radia, cubital y femoral.
6. Mantener al herido en posición de shock.
7. Traslade a un centro hospitalario.



Posición de Shock

Que NO se debe hacer



Al aplicar primeros auxilios por heridas debemos evitar

1. No extraer los cuerpos extraños
2. No halar la ropa adherida o pegada
3. No aplicar torniquete
4. No mover si sospecha de una fractura
5. No remueva lo coágulos de sangre

Fracturas

Son una lesión en la cual un hueso se parte o se fragmenta. Esto ocurre como consecuencia de un traumatismo sobre el hueso durante una caída, un accidente o una práctica deportiva.

Al atender una fractura, debe mantener en mente lo siguiente:

- Inmovilizar la zona afectada
- Aliviar el dolor

Tipos de fracturas:

- a) **Fractura simple o cerrada:** Son aquellas donde los extremos rotos de los huesos no rompen la piel. No hay herida externa.
- b) **Fractura compuesta o abierta:** Son aquellas donde los extremos rotos del hueso si rompen la piel. Hay una herida externa grave

Signos y síntomas

Podemos decir que los signos en los pacientes fracturados son aquellos que podemos observar:

- a) Deformación e inflamación.
- b) Decoloración de la piel.
- c) Relajamiento del musculo afectado.
- d) Exposición del hueso cuando está abierto.
- e) Dolor intenso.
- f) Sensibilidad al tacto.

Se puede decir los síntomas son aquellos que no se pueden observar pero que el accidentado manifiesta sentir se puede detectar solo en personas conscientes.

Primeros auxilios en Fracturas
Estas son las acciones para aplicar primeros auxilios
<ol style="list-style-type: none">1. Atender a la víctima en el lugar del accidente.2. Si la fractura es abierta controlar la hemorragia primero.3. Aplicar medidas de antishock.4. Trasladar a un hospital.

Que NO se debe hacer
Al aplicar primeros auxilios por fracturas debemos evitar
<ol style="list-style-type: none">1. No mover a la víctima innecesariamente.2. No presionar el área afectada.3. No introducir los huesos expuestos.4. No mover bruscamente.

Quemaduras

Clasificación de las quemaduras por grado:

Primer grado:

Se caracteriza por:

- Cambios en la piel (rojizo)
- Sensibilidad al tacto
- Ardor e irritación
- Destrucción en la epidermis (capas más externas en la piel)
- Estas son ocasionalmente producidas por rayos solares.

Segundo grado:

Se caracteriza por:

- Formación de ampollas.
- Sensibilidad al tacto con el aire ambiental.
- Ardor e irritación.
- Destrucción de la dermis (segunda capa de la piel).

Tercer grado:

Se caracteriza por:

- Ennegrecimiento o carbonización del tejido.
- No presenta dolor (existe dolor y ardor en regiones próximas a las quemaduras).
- Destruye tejido subcutáneo, grasa, musculo e inclusive puede llegar a dañar el hueso.
- Pueden ser causadas por fuego o descargas eléctricas.

Procedimiento para atención para quemaduras de primer grado
Estas son las acciones para aplicar primeros auxilios
<ol style="list-style-type: none"> 1. Poner paños húmedos y frescos (si es necesario sumergir en agua la quemadura de 15 a 20 minutos). 2. Secar la quemadura con un paño limpio pero sin frotar. 3. Aplicar crema humectante. 4. Cubrir con un vendaje protector. 5. Si es de gran extensión busque ayuda médica. 6. Si es en la cara, pies o manos debe tratarse como de segundo grado.

Procedimiento para atención para quemaduras de segundo y tercer grado

Estas son las acciones para aplicar primeros auxilios

1. Descubra con mucho cuidado la quemadura.
2. Aplique un vendaje protector.
3. Tome medidas antishock.
4. Traslade a un hospital.

Que NO se debe hacer

Al aplicar primeros auxilios por quemaduras de primer y segundo grado debemos evitar

1. No desprenda ropa adherida.
2. No usar remedios caseros. (tomate, hielo, agua con sal, crema dental, etc.).
3. No romper las ampollas.

Al aplicar primeros auxilios por quemaduras de tercer grado debemos evitar

1. No desprender la ropa adherida.
2. No usar remedios caseros. (tomate, hielo, agua con sal, crema dental, etc.).
3. No mojar el área afectada si es externa.

Asfixia

Situaciones en las que el aire no puede entrar en los pulmones y el oxígeno no llega a la sangre circulante, o llega mal a las células del organismo.

Causas más frecuentes:

- Obstrucción de las vías respiratorias.
- Ambiente toxico y/o falta de oxígeno.
- Función pulmonar deficiente.
- Traumatismos torácicos.
- Lesiones cerebrales.

Primeros auxilios en Asfixia	
Estas son las acciones para aplicar primeros auxilios	
a.	Si existe un obstáculo externo, suprimirlo.
b.	Colocar al accidentado en un ambiente puro.
c.	Asegurar la libertad de las vías respiratorias.
d.	Aflojar la ropa alrededor del cuello y cintura.
e.	Si está inconsciente (aunque respire), colocar dos dedos en la barbilla y una mano en la frente basculando la cabeza hacia atrás suavemente; con esta maniobra se libera la garganta obstruida por la caída de la lengua hacia atrás.
f.	Abrir la boca y liberar de aquello que la obstruya (vomitó, secreciones, dentadura postiza móvil, etc.).
g.	Colocar en posición lateral de seguridad a fin de permitir la salida de sangre o vomito.

Obstrucción de la vía aérea

Impide que el oxígeno llegue a los pulmones provocando la pérdida de la conciencia. Generalmente está causada por la existencia de un cuerpo extraño en las vías respiratorias (atragantamiento).

Obstrucción ligera de la vía aérea	
Síntomas	
Victima agitada con tos efectiva	
Actuación	
Dejar que tosa y vigilarla (animar a que tosa). No dar golpes en la espalda.	

Obstrucción severa de la vía aérea	
Síntomas	
Victima que no habla	
Tos inefectiva	
Cianosis	
Alteración progresiva de la conciencia	
Consciente o inconsciente	

Actuación

Maniobra de HEIMLICH: La maniobra de Heimlich levanta el diafragma y obliga al aire a salir de los pulmones para crear una tos artificial. Esta tos mueve el aire a través de la tráquea, de esta forma empuja y expulsa la obstrucción fuera de las vías respiratorias y de la boca.

La maniobra de Heimlich es el único método para despejar las vías respiratorias bloqueadas.

Actuar rápidamente:

1. Colocarse detrás de la víctima rodeándola con los brazos.
2. Cerrar una mano y colocarla entre ombligo y esternón.
3. Tomarse el puño con la otra mano.
4. Realizar una fuerte presión hacia adentro y hacia arriba, repitiendo 5 veces.
5. Repetir el ciclo tres veces o hasta que la obstrucción se alivie o que llegue el apoyo vital avanzado. En cualquier caso, un proveedor de atención médica, debe examinar a la persona tan pronto como sea posible.

Nota: Si bien la maniobra de Heimlich es simple y efectiva, puede ser dolorosa e incluso causar lesiones a la víctima. Debe utilizarse solo en emergencias reales, cuando esté casi seguro de que la persona se está asfixiando realmente.



Ilustración de aplicación de la maniobra de Heimlich

Cuando aplicar una Reanimación Cardiopulmonar básica (RCP)

Frente a una emergencia como un paro cardíaco que suceda en el lugar de trabajo y lejos de un centro hospitalario, la reanimación cardiopulmonar aplicada a tiempo puede ser la diferencia entre la vida y la muerte.

Solo se recomienda que se realice la RCP básica si se cumplen tres condiciones siguientes:

- Si la respiración se ha detenido por completo
- Tras tomar el pulso, no hay señales de circulación y no responde a estímulos físicos.
- Si usted está capacitado y ha recibido entrenamiento para tal fin en un curso acreditado.

Los procedimientos detallados aquí son un recordatorio de la técnica y de ninguna manera debe ser remplazado por un curso certificado de RCP.

Pasos para iniciar RCP
Estas son las acciones para aplicar RCP
<ol style="list-style-type: none">1. Solicitar ayuda llamando al número de emergencias2. Colocar a la víctima boca arriba.3. Colocar una mano encima de su frente y empujar la cabeza suavemente hacia atrás.4. Elevar la barbilla utilizando la punta de los dedos de la otra mano.5. Comprobar si respira con normalidad.6. Seguir la técnica VER-OIR-SENTIR. (solo tiene 10 segundos).7. Ver si hay movimiento de su pecho (el tórax).8. Oír cerca de su boca ruidos respiratorios.9. Sentir el aire de la víctima en nuestra mejilla.10. Arrodillarse a lado de la víctima.11. Colocar el talón de la mano en el centro del pecho.12. Colocar el talón de la otra mano encima.13. Entrelazar lo dedos.14. Colocar los brazos rectos.

15. Iniciar 30 compresiones torácicas.
16. Permitir que el tórax se expanda completamente.
17. La frecuencia para comprimir el pecho debe ser al menos a un ritmo de 100 compresiones por minuto con una profundidad de 5 cm.
18. Realizar ventilación de rescate no más de 5 segundos (Ver procedimiento para aplicar respiración de rescate).
19. Realizar 30 compresiones por 2 ventilaciones repetir hasta que la persona se recupere o llegue ayuda.
20. Evitar al máximo interrupciones del masaje cardíaco externo

Respiración de rescate

Aplicación de respiración de rescate

- Abrir la vía aérea (maniobra frene-mentón).
- Apretar la nariz de la víctima, colocar los labios sellando los de la víctima e introducir aire durante un segundo, observando cómo se eleva el tórax de la víctima.
- Separar la boca de la víctima, dejar que baje su pecho, tomar aire otra vez y repetir la misma acción.



Ilustración de aplicación de Respiración de rescate

Liberación de un accidentado por Electricidad

Pasos a seguir:

1. Antes de tocar al accidentado se debe cortar la corriente.
2. Cuando no sea posible desconectar la corriente para separar al accidentado, el socorrista deberá protegerse utilizando materiales aislantes, tales como madera, goma, etc.
3. Se deberá tener en cuenta la posible caída del accidentado al cortar la corriente, poniendo mantas, abrigos, etc. Para disminuir el efecto traumático.
4. Si la ropa del accidentado ardiera, se apagará mediante sofocación (con mantas o prendas de lana, nunca acrílicas) o haciéndolo rodar por la superficie en que se encuentre.
5. Nunca se utilizará agua.
6. Al quedar liberado el accidentado se deberá aplicar los primeros auxilios hasta la llegada de un equipo profesional.

Señalización y protección de zonas de trabajo

Se debe señalizar y proteger los lugares donde se ejecutan trabajos de construcción, mantenimiento, limpiezas, instalaciones los cuales interfieren con el movimiento normal de las personas o vehículos, tanto en interiores como exteriores de las instalaciones, esto con el objeto de evitar inconvenientes con los transeúntes que circulen por estas áreas

Se debe prestar atención a tres aspectos fundamentales:

- Advertir las condiciones de vehículos, peatones y trabajadores.
- Guiar el movimiento de vehículos y personas hacia rutas seguras.
- Proteger a los que trabajan y a los que transitan por el lugar.

Se deben tomar las medidas necesarias para evitar las obstrucciones al tránsito peatonal y vehicular, utilizando señalización circunstancial para el efecto



Señalización de hombres trabajando



Señalización y protección en instalaciones internas

Se deberán colocar las señales de prevención, avisos de peligro y demás señales que se requieran para demarcar y proteger la zona de trabajo, según el tipo de actividad desarrollada en cada frente.



Señalización para trabajos en el interior de las instalaciones

Señalización preventiva e informativa del Edificio Municipal y Dependencias externas:

Se debe mantener señalización preventiva en todo el edificio municipal, lo anterior en observancia a los artículos 105 al 108 del Reglamento de Salud y Seguridad Ocupacional del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, la cual como mínimo debe contener: Prohibición de fumar en las instalaciones, rutas de evacuación, ubicación de extintores, salidas de emergencia, entre otros.

Para el efecto se puede tomar en cuenta la Guía para señalización de ambientes que forma parte de la norma NRD2 de la Coordinadora para la Reducción de Desastres

Consideraciones generales

Instalaciones

- Todo el personal debe de observar las normas de Salud y Seguridad Ocupacional vigentes en la Entidad.
- Las áreas de trabajo deben de mantenerse siempre limpias y ordenadas
- Prohibido fumar en el área de trabajo
- No almacenar cajas o materiales en lugares donde puedan caerse o causar un accidente
- Todos los dispositivos eléctricos o electrónicos deben de estar debidamente instalados
- No debe sobrecargarse la capacidad de los tomacorrientes eléctricos, conectando varios aparatos en un solo tomacorriente.
- Los pisos de circulación deben mantenerse limpios y debe de evitarse derramar líquidos, en caso contrario estos deben de limpiarse de manera rápida e inmediata, para prevenir algún accidente.
- Los pisos del área de circulación no deben de tener rajaduras ni quebraduras para prevenir cualquier tipo de accidente.
- Las áreas de circulación deben de estar debidamente señalizadas.
- Las salidas deben de estar debidamente señalizadas.
- Las gradas dentro de la entidad deben de estar debidamente señalizadas.
- Todo el personal debe de utilizar el equipo de protección personal asignado para el desarrollo de las funciones que se le han asignado.

Pilotos del Tren de Aseo Municipal

- Ajustar correctamente la posición del volante y el asiento
- Evitar la ingesta de productos estimulantes.
- Evitar el consumo de alcohol y otras drogas
- Organizar correctamente las jornadas de trabajo
- Utilizar cinturón de seguridad
- Utilizar el uniforme proporcionado
- Utilizar los utensilios de cuidado personal que se le han brindado
- Portar un kit de primeros auxilios dentro de la unidad de tren de aseo por cualquier incidente que pueda ocurrir.
- Realizar la inspección previa del vehículo.
- Estacionar el vehículo en suelo firme.
- Conocer donde están ubicados los demás colaboradores y mantenerlos fuera del trayecto de la maquinaria pesada en movimiento

Pilotos de Maquinaria pesada (tractores, retroexcavadoras, camión)

- Contar con equipo de seguridad adecuado.
- Ajustar el cinturón de seguridad y el asiento.
- Utilizar guantes y gafas de seguridad.
- Realizar la inspección previa de la máquina.
- Estacionar la maquina en suelo firme.
- Mantener apagada la maquina cuando no está en uso quitando la llave de contacto.
- En terrenos con pendientes, se deberá trabajar de cara a la pendiente.
- Contar con un gran ángulo de visión.
- Conocer donde están ubicados los demás colaboradores y mantenerlos fuera del trayecto de la maquinaria pesada en movimiento.
- Portar un kit de primeros auxilios por cualquier incidente que pueda ocurrir

Albañiles, peones, fontaneros, electricistas, personal de medio ambiente y Tren de Aseo

- Portar casco y gafas de seguridad.
- Ropa de seguridad, cinturón, guantes (de cuero y / o de hule), arnés si fuera necesario.
- Zapatos de seguridad (botas).
- Botas de Hule
- Protección auditiva si fuera necesario.
- Portar el uniforme acorde a sus funciones
- Portar cinturón de fuerza si fuera necesario
- Portar chaleco con reflectivo
- Portar un kit de primeros auxilios por cualquier incidente que pueda ocurrir.

Sanciones

Para los empleados municipales que no cumplan con las disposiciones contenidas en el presente manual, se estipulan las siguientes sanciones según la gravedad y nivel de afectación clasificándose estas de la siguiente manera:

- **Faltas leves:**
 - Incumplimiento de algunas normas o reglas que no pueden conllevar consecuencias graves de salud.
- **Faltas graves:**
 - Incumplimiento del uso de los implementos de Seguridad Personal, causando alguna afectación en el área física o de salud de los mismos colaboradores.
- **Faltas muy graves:**
 - Realización de trabajos con un riesgo muy elevado sin ninguna medida de seguridad.

Para garantizar la buena disciplina de los servidores públicos, así como para sancionar las violaciones de las disposiciones prohibidas y demás faltas en que se incurra durante el servicio, se establecen tres clases de sanciones:

1. **Amonestación verbal**, que se aplicara por faltas leves, dejando evidencia de forma escrita De La amonestación
2. **Amonestación escrita**, que se impondrá cuando el servidor haya merecido durante un mismo mes calendario, dos o más amonestaciones verbales.
3. **Suspensión en el trabajo sin goce de sueldo** hasta por un máximo de treinta días en año calendario, cuando la falta cometida sea de cierta gravedad.

Formatos

Para garantizar el cumplimiento de las disposiciones contenidas en el siguiente manual se establece la creación de distintos formatos de verificación, los cuales servirán para documentar el correcto desarrollo de las funciones de los empleados municipales en cumplimiento a las disposiciones de Salud y Seguridad Ocupacional

Los formatos a implementar son los siguientes:

- Reporte de control de accidentes
- Control de limpieza de baños
- Formato de supervisión de Orden y Limpieza
- Formato de control de Mantenimiento de Vehículos

Responsables

- Director (a) Municipal de Recursos Humanos
- Jefes de Dependencias Municipales

Formato de Reporte de Accidentes

1. Datos del Accidentado

Nombre y apellidos: _____ DPI: _____

Puesto que ocupa: _____

Departamento al que pertenece: _____

2. Datos de Accidente

Fecha: _____ Hora: _____

Lugar: _____

Descripción de lo ocurrido: _____

Testigos del accidente: _____

Fecha: _____

Firma del Jefe Superior: _____

Formato de supervisión de orden y limpieza

Áreas a Inspeccionar	Si	No
Las escaleras están limpias y libres de obstáculos		
Las ventanas están limpias y no impiden la entrada de luz natural		
El sistema de iluminación esta completo y en buen estado		
Las señales de seguridad están visibles y distribuidas correctamente		
Cantidad suficiente de basureros		
Papel higiénico en los servicios sanitarios		
Existencia de extintores y mantenimiento adecuado		

Formato de control de Mantenimiento de Vehículos

Vehículo:			Fecha:		
Piloto Responsable:			Placas		
No. De licencia:			Kilometraje:		
TRANSMISIÓN	BUEN ESTADO	MAL ESTADO	CHASIS	BUEN ESTADO	MAL ESTADO
Embrague			Llantas delanteras		
Fugas de aceite			Llantas traseras		
Soportes transmisión			Llanta de repuesto		
Cuplings					

DIFERENCIAL	BUEN ESTADO	MAL ESTADO	DIRECCION	BUEN ESTADO	MAL ESTADO
Fugas de aceite			Caja de dirección		
Amortiguadores delanteros			Terminales		
Amortiguadores traseros			Bomba hidráulica		
Otros:			Faja bomba hidráulica		

MOTOR	BUEN ESTADO	MAL ESTADO	FRENOS	BUEN ESTADO	MAL ESTADO
Batería			Freno de servicio		
Radiador			Pastillas de frenos		
Ventilador			Fuga líquido de frenos		
Fajas			Mangueras de freno		
Fugas de aceite			Líquido de frenos		
Fugas de agua					
Fugas de combustible					
Encendido					
Bujías					

OTROS	BUEN ESTADO	MAL ESTADO	OTROS	BUEN ESTADO	MAL ESTADO
Luces de emergencia			Parabrisas		
Cinturón de seguridad			Silbines		

Fecha de la última inspección:	Vencimiento de seguro:
Observaciones:	Trabajos pendientes:
Revisado por:	Firma: