



Universidad Nacional de Luján
REPÚBLICA ARGENTINA

Nº DISPOSICIÓN:

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: "Ciclo de charlas: Seguridad y Salud en el Trabajo"

Grupo de Trabajo: <i>Personal de la Dirección de Salud Ocupacional</i> Lic. María Eugenia Giorgio Téc. Ana Laura González <i>Personal de la SRT</i> Lautaro Traetta Esp. Daniel Marthi	Cantidad de Horas: Nueve (09) horas totales. Teóricas: Nueve (09) horas.
OBJETIVOS GENERALES: Que al finalizar la actividad los participantes logren: ● Conocer la normativa vigente en materia de salud y seguridad laboral, con especial énfasis en los aspectos vinculados a la ergonomía y la seguridad vial. ● Concientizar sobre los riesgos asociados a la conducción e incorporar buenas prácticas para una conducción segura para la prevención de accidentes. ● Promover el intercambio y la internalización de conocimientos acerca de la salud laboral. ● Comprender el rol de cada persona en el cumplimiento de las normas de seguridad y salud, tanto desde sus responsabilidades individuales como desde una perspectiva colectiva. ● Aplicar correctamente los pasos a seguir ante situaciones de enfermedad o accidente laboral, utilizando la información proporcionada por la normativa y los procedimientos institucionales. ● Incorporar hábitos de vida saludables en el ámbito laboral y conocer los beneficios de prevenir enfermedades.	
MODALIDAD: Presencial.	
DESTINATARIOS: Personal Nodocente de la UNLu.	
CANTIDAD MÁXIMA DE ALUMNOS: Setenta (70) participantes.	
REQUISITOS PARA EL CURSADO:	

[Handwritten signatures and initials]

No hay requisitos previos para el cursado.

CANTIDAD DE ENCUENTROS:

Tres (03) encuentros de tres (03) horas cada uno.

RECURSOS NECESARIOS:

Espacio físico con computadora y proyector.

CONTENIDOS A DESARROLLAR

Unidad 1: Ergonomía

¿Qué es la Ergonomía? conceptos anatómicos básicos: huesos, músculos, tendones, ligamentos, nervios.

La Importancia de la Ergonomía en el Trabajo: Factores de Riesgo Ergonómico. Conceptos básicos de normativa.

Tipos de hernias.

Varices.

Conceptos de prevención.

Unidad 2: Seguridad vial

Elementos de Seguridad Activa y Pasiva: (ABS, ESP, airbags, cinturones de seguridad, etc.)

Distancias de frenado

Recomendaciones de manejo bajo la lluvia y con neblina

Distracción: Uso del teléfono móvil, comer, manipular objetos, etc.

Fatiga y Somnolencia: Cómo afectan la atención y los reflejos.

Mantenimiento Preventivo: La importancia de revisar frenos, neumáticos, luces, dirección, etc.

Uso Correcto de Luces y Señalización: Importancia de indicar maniobras con anticipación.

Seguridad en el Transporte Público: Esperar en lugares seguros, abordar y descender con precaución.

Accidente in itinere o de trabajo (Por aplicación del Artículo 3 de la Ley 26773)

Marco Legal: mención de las leyes y regulaciones de tránsito vigentes (adaptado a la jurisdicción específica).

Unidad 3: Introducción a la Salud Laboral

Concepto de Salud Ocupacional

Normativa Interna UNLu

Derechos y obligaciones

Procedimientos de Actuación: Licencias por Enfermedad y Denuncias a la ART

Unidad 4: Promoción de la Salud

Relación entre trabajo y salud

Factores de riesgo para la salud

Hábitos saludables y de autocuidado:

- Pausas activas y ergonomía en el trabajo de oficina.
- Alimentación Saludable
- Actividad Física
- Lavado de manos

Prevención de enfermedades y Promoción de la Salud

- Vacunación
- Chequeos médicos preventivos en mujeres y varones

a
g X. lnd

- Prevención de enfermedades cardiovasculares, diabetes y sobrepeso.
- Tabaquismo

FORMA DE EVALUACIÓN.

Para la certificación de asistencia:

Acreditar asistencia en al menos 50% de las clases presenciales.

Para la certificación de aprobación:

Cumplimentar el requisito de asistencia y la realización de actividad práctica propuesta.

BIBLIOGRAFÍA

- Resolución SRT N° 886/15 “Protocolo de Ergonomía”. Link: <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=246272>
- Guía práctica para la implementación del “Protocolo de Ergonomía”. Link: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/res_srt_886_15-guia-practica.pdf
- Lista de comprobación ergonómica de la OIT. Link: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/lista_de_comprobacion_ergonomica.pdf
- Ley N° 24.449 “Ley de tránsito”. Link: <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/0-4999/818/texact.htm>
- Decreto N° 779/95 “Reglamentación de la Ley N° 24.449”. Link: <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/30000-34999/30389/texact.htm>
- Decreto N° 196/25 “Modificación de la Reglamentación General de la Ley N° 24.449”. Link: <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/410000-414999/410682/norma.htm>
- Resolución SRT N° 905/2015 “Establece las funciones de Medicina Laboral”. Link: <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/anexos/245000-249999/246509/norma.htm>
- Resolución HCS N° 626/2012 “Creación del Servicio de Medicina Laboral para el personal Nodocente en la UNLu”.
- Resolución HCS N° 791/2023 “Establece las Responsabilidades Primarias de la Dirección de Salud Ocupacional”.
- Resolución HCS N° 229/2025 “Homologa el Acuerdo Paritario del Personal Nodocente que regula las licencias por enfermedad”.
- Resolución SRT N° 525/2015 “Procedimiento Administrativo para la Denuncia de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales”. Link: <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=243329>
- Conectando salud y trabajo: conectar la salud ocupacional y la atención primaria para mejorar la salud de las personas que trabajan. Link: https://www.who.int/es/publications/i/item/WHO-HSE-PHE-ES-2012.1?utm_source=chatgpt.com
- Resolución SRT N° 525/2015 “Procedimiento Administrativo para la Denuncia de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales”. Link: <https://servicios.infoleg.gob.ar/infolegInternet/verNorma.do?id=243329>

ax. lind