

Guía específica de prevención
de riesgos laborales

ARL

Instructores de conducción





Introducción

En ARL SURA estamos comprometidos con el cuidado de la vida. Por eso le hacemos entrega de esta guía de prevención, cuyo objetivo es darle a conocer los principales riesgos que se presentan en las actividades que se desarrollan en cada uno de los oficios, así como la forma de prevenirlos. Para que realice su trabajo de manera segura, le invitamos a leerla detenidamente, aplicar nuestras recomendaciones, y así evitar accidentes y enfermedades laborales.



Obligaciones de los afiliados voluntarios al Sistema General de Riesgos Laborales

- 1** Procurar el cuidado integral de la salud.
- 2** Diligenciar el formulario de afiliación a la Administradora de Riesgos Laborales (ARL).
- 3** Diligenciar el formato de identificación de peligros, en conformidad con las ocupaciones u oficios que va a desarrollar y anexarlo al formulario de afiliación.
- 4** Gestionar el certificado correspondiente al formulario de afiliación a la ARL. El costo de los exámenes preocupacionales será asumido por el independiente.
- 5** Pagar los aportes al sistema a través de la Planilla Integrada de Liquidación de Aportes (PILA).
- 6** Informar a la ARL y a la Entidad Promotora de Salud (EPS) a la cual esté afiliado sobre la ocurrencia de accidentes o enfermedades con ocasión del ejercicio de su ocupación.
- 7** Reportar a la ARL las novedades que se presenten acerca de las condiciones de tiempo, modo y lugar en las que desarrolla su ocupación u oficio.
- 8** Participar en actividades de promoción y prevención organizadas por la ARL.
- 9** Cumplir las normas, reglamentos e instrucciones del Sistema de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST).
- 10** Realizarse los exámenes médicos periódicos ocupacionales y contar con el certificado respectivo, el cual podrá ser requerido por la ARL para el monitoreo y gestión del costo de exámenes asumido por el afiliado.
- 11** Llevar a cabo la identificación de peligros asociados con su labor mediante el diligenciamiento del formulario respectivo, el cual podrá ser requerido por la ARL para el monitoreo y la gestión del riesgo.
- 12** Acoger y poner en práctica las recomendaciones que imparta la Administradora de Riesgos Laborales en materia de prevención.
- 13** Identificar los elementos de protección personal necesarios y utilizarlos para su ocupación u oficio.



Descripción del oficio:

En este oficio se instruyen a particulares sobre técnicas de conducción y reglamento de tránsito, demostrando y explicando el manejo y funcionamiento mecánico de vehículos, y supervisando a los alumnos durante la práctica de conducción.



Herramientas o equipos de trabajo

- **Vehículo automotor:** vehículo terrestre movido por sus propios medios, que se desliza mínimo sobre cuatro ruedas dispuestas en más de una alineación y que están siempre en contacto con el suelo.
- **Computador:** equipo destinado para impartir la capacitación teórica.
- **Tablero, marcadores, aula:** utensilios para impartir el conocimiento teórico en el lugar de aprendizaje.



Peligros del oficio



Aprenda jugando. En este link encontrará el juego "Cazador de Riesgos - Tránsito":

<https://www.arsura.com/index.php/cazadores-de-riesgos>



Aprenda jugando. En este link encontrará el juego "Cazador de Riesgos - Químicos":

<https://www.arsura.com/index.php/cazadores-de-riesgos>



La ruta es la siguiente:

www.arsura.com > Iniciar Sesión > Gestión de riesgos Laborales > Organización y planificación > Sistema de gestión de seguridad y salud en el trabajo > Aplicación > Gestión de los peligros y riesgos > Herramienta ARL Sura



- Ruido
- Carga estática sentado y de pie
- Radiaciones no ionizantes
- Transporte de personas
- Discomfort térmico por calor
- Materiales y sustancias combustibles
- Carga dinámica por sobreesfuerzos de la voz



Equipos de protección personal



Breve descripción del equipo de protección personal y recomendaciones para su uso

- Gafa con protección UV: protege de las radiaciones emitidas por el sol. Se recomienda verificar su estado antes de cada uso (limpiar con paño y jabón suaves), garantizar que se amolde al contorno de la cara.
- Mangas de tela para la protección de las radiaciones del sol en brazo y antebrazo.



Accidentes de trabajo o enfermedades que se podrían presentar en la ejecución del oficio



- Heridas por proyección de partículas generadas en el ambiente.
- Pérdida auditiva por exposición a altos niveles de ruido durante los recorridos realizados en el vehículo.



- Quemaduras, amputaciones, alteraciones de órganos y sentidos, muerte por incendios o colisiones al estar en la vía en movimiento.



- Cáncer de piel por exposición a radiación solar.

Medidas preventivas

Peligro	Riesgo	Consecuencia	Medidas de prevención
Carga estática sentado	Carga física	Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema musculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.	<ul style="list-style-type: none"> Realizar ejercicios de calentamiento antes de dar inicio a la jornada laboral. Realizar pausas activas. Realizar ejercicios de estiramiento al finalizar la jornada. Capacitarse en higiene postural.
Carga dinámica por sobreesfuerzos de la voz	Carga física	Disfonías y afecciones en garganta.	<ul style="list-style-type: none"> Hidratarse constantemente durante la jornada laboral. Realizar ejercicios de técnica vocal.
Radiaciones no ionizantes (rayos UV)	Físico	Alteraciones de la piel, deshidratación, alteración en algunos tejidos blandos (ojos).	<ul style="list-style-type: none"> Utilizar protección solar (bloqueador). Utilizar mangas de protección Utilizar gafas con protección UV.
Ruido	Físico	Pérdida auditiva inducida por ruido.	<ul style="list-style-type: none"> Realizarse exámenes médicos ocupacionales periódicos para controlar los efectos en la salud por la exposición al riesgo. Capacitarse en el riesgo Mantener las ventanas de los vehículos cerradas en jornadas donde se evidencie alto flujo vehicular. Mantener el volumen del vehículo a menor nivel o apagado durante la jornada laboral.
Disconfort térmico por calor	Físico	Alteraciones vasculares y nerviosas, fatiga.	<ul style="list-style-type: none"> Hidratarse constantemente durante la jornada laboral. Tomarse espacios de descanso en áreas aireadas y frescas.
Materiales y sustancias combustibles	Físico - Químico	Quemaduras, amputaciones, alteraciones de órganos y sentidos, muerte.	<ul style="list-style-type: none"> Realizar inspecciones periódicas al estado mecánico y eléctrico del vehículo para minimizar el riesgo. Capacitarse en el manejo de equipos para la extinción de fuego. Dotarse de equipos para la extinción del fuego, regulados por la legislación colombiana.

Medidas preventivas

Peligro	Riesgo	Consecuencia	Medidas de prevención
Proyección de partículas	Mecánico	Heridas, afectación ocular.	<ul style="list-style-type: none"> • Garantizar el uso permanente de las gafas. • Mantener las ventanas cerradas en áreas donde se evidencie polución constante o partículas que puedan proyectarse (vías en construcción, construcciones de vivienda, etc.).
Situación de atraco, robo u otras situaciones de violencia	Públicos	Fatiga, estrés, disminución de la destreza y precisión. Estados de ansiedad o depresión. Trastornos del aparato digestivo.	<ul style="list-style-type: none"> • Evitar transitar por sectores solos u oscuros llevando consigo elementos de valor. • Llevar dinero y documentos en diferentes bolsillos. • Bajar el perfil en lugares específicos, quitarse los accesorios, evitar sacar el celular. • Variar sus rutas y hábitos para llegar y salir desde y hasta el punto de inicio de la práctica. • Ser desconfiado cuando su intuición se lo indique. • No permitir que personas ajenas se acerquen o ayuden a realizar su labor. • Transitar por zonas conocidas. • Definir una ruta segura de acuerdo a las direcciones y/o lugares donde vaya a enseñar.
Transporte de personas	Tránsito	Muerte, fracturas, contusiones, laceraciones.	<ul style="list-style-type: none"> • Evitar los cambios de carril innecesarios. • Concentrarse. • Suministrar combustible al vehículo, si es necesario. Debe hacerse sin los enseñados a bordo. • Realizar las labores de reparación y limpieza del vehículo en los talleres o en los lugares establecidos para ello; la vía pública no debe utilizarse con estos fines. • Tener al día la documentación personal y del vehículo, incluyendo las dos placas de matrícula. • Respetar los límites de velocidad (30 kilómetros por hora, en zona residencial, 60 kilómetros por hora en las zonas urbanas, 80 kilómetros por hora en carreteras). • Portar siempre su identificación y no fumar mientras realiza su trabajo.

Medidas preventivas

Peligro	Riesgo	Consecuencia	Medidas de prevención
<p>Transporte de personas</p>	<p>Tránsito</p>	<p>Muerte, fracturas, contusiones, laceraciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Portar las señales preventivas, las cuales se usan conforme a la reglamentación que emite el Ministerio de Transporte. ● Usar siempre el cinturón de seguridad. ● Evitar realizar maniobra de adelantamiento en sitio restringido por la señalización o con poca visibilidad. ● Respetar las señales de tránsito (PARE, giros prohibidos, semáforos, líneas continuas, líneas amarillas, líneas blancas, etc.). ● Utilizar todas las luces que tiene el vehículo cuando la lluvia es intensa. ● Aumentar la distancia de seguimiento debido a que los frenos se mojan y tienen menos adherencia. ● Detenerse en un lugar seguro y esperar a que el tiempo mejore, si la lluvia es tan fuerte que se hace imposible conducir. ● Observar el nivel del agua que pretende pasar, si se presentan inundaciones o arroyos en la vía. El nivel del agua sobre la vía no debe sobrepasar la altura de las llantas. Si el nivel del agua cumple la anterior recomendación introduzca el vehículo poco a poco, controlando el movimiento del motor y del vehículo por medio del clutch o embrague. ● Tener en cuenta, si se presenta neblina: bajar la velocidad, encender las luces, usar los limpiabrisas cuando hay neblina densa. Si la neblina se vuelve tan densa que no puede ver lo suficiente para continuar manejando, deténgase. ● Conducir sin distracciones como: ● Manipular sistemas electrónicos y de entretenimiento a bordo. ● Comer y beber. ● Manipular el celular para hacer llamadas o enviar mensajes.

Medidas preventivas

Peligro	Riesgo	Consecuencia	Medidas de prevención
<p>Movilización peatonal</p>	<p>Tránsito</p>	<p>Muerte, fracturas, contusiones, laceraciones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Caminar siempre por el andén o acera, nunca por la calzada. ● Utilizar los puentes peatonales. ● Cruzar siempre por las cebras peatonales cuando el semáforo esté en verde y lo indique. ● Mirar a ambos sentidos de la vía antes de cruzar una calle. ● Evitar pasar entre los carros haciendo zigzag. ● No cruzar por la mitad de la vía. Debe cruzarse desde las esquinas o donde la vía lo señale prudente. ● Evitar distraerse mientras camina. No escuche música a alto volumen ni mire su celular. ● Evitar cruzar una calle con objetos que dificulten la visibilidad de lo que está ocurriendo en la vía. ● Bajarse en los paraderos de transporte público, nunca en medio de la calzada. ● No asumir que tiene prioridad para cruzar una calle. Asegúrese de que ha sido visto por los conductores y le han cedido la vía. ● Nunca soltar de la mano a niños pequeños mientras se cruza la calle. ● Tener cuidado con el paso de automóviles mientras haga deporte en la calle. ● Ser precavido con atravesar calles cuando el día está lluvioso. A los conductores se les dificulta la visibilidad. ● Tener precaución al caminar dentro de parqueaderos públicos y privados. Muchas personas no ponen la suficiente atención cuando reversan su vehículo.

Medidas preventivas

Peligro	Riesgo	Consecuencia	Medidas de prevención
Gases y Vapores	Químico	Cefaleas, temblores, falta de coordinación, náuseas, vómitos, somnolencia, acúfenos, parálisis, edema cutáneo, neuritis periférica, déficit cognitivos, alteraciones psiquiátricas, diabetes, hipertiroidismo, edema pulmonar, queratitis, dificultad respiratorio, irritación de vías respiratorias, ojos, piel y tracto gastrointestinal; quemaduras, anemia, hipertensión arterial, daño renal, disminución de la fertilidad, disminución de la libido, depresión, teratogenicidad, trastornos del sueño, trastornos de la memoria, convulsiones, coma, paro respiratorio y muerte.	<ul style="list-style-type: none">• Realizarse exámenes médicos ocupacionales periódicos para controlar los efectos en la salud por la exposición al riesgo.• Capacitarse en el riesgo.





Agente de riesgo

Peligro

Consecuencia

Biológico

Derivados de origen animal (pieles, pelo, estiércol, desechos, etc.)

Enfermedades infecciosas, gastrointestinales y tóxicas y reacciones alérgicas.

Macroorganismos (mordeduras, golpes, pisadas de animales, picadura de insectos, etc.)

Golpes, traumas, heridas, infecciones, intoxicación, muerte.

Derivados de origen vegetal

Enfermedades gastrointestinales, intoxicaciones, reacciones alérgicas, muerte.

Microorganismos tipo hongos, bacterias o virus

Dermatitis, reacciones alérgicas, enfermedades infectocontagiosas, alteraciones en los diferentes sistemas, muerte.

Parásitos

Enfermedades gastrointestinales, intoxicaciones, reacciones alérgicas, muerte.

Carga dinámica por esfuerzos

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

Carga dinámica por movimientos repetitivos

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

Carga dinámica por sobreesfuerzos de la voz

Disfonías y afecciones en garganta.

Carga estática de pie

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular, alteraciones lumbares, dorsales, cervicales y sacras.

Carga estática sentado

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

Otras posturas (hiperextensión, cuclillas, posiciones incómodas, etc.)

Desórdenes de trauma acumulativo, lesiones del sistema músculoesquelético, fatiga, alteraciones del sistema vascular.

Carga física

Agente de riesgo

Peligro

Consecuencia

Eléctrico

Energía eléctrica de muy baja tensión (MBT)

Fibrilación ventricular, quemaduras, shock.

Energía eléctrica de baja tensión (BT)

Fibrilación ventricular, quemaduras, shock.

Energía eléctrica de media tensión (MT): más de 1000 V y menor de 57.5 kV

Paro cardíaco, paro respiratorio, fibrilación ventricular, quemaduras severas, muerte.

Energía eléctrica de alta tensión (AT): mayor o igual 57.5 kV y menor o igual de 230 kV)

Paro cardíaco, paro respiratorio, fibrilación ventricular, quemaduras severas, muerte.

Energía eléctrica de extra alta tensión (EAT): mayor de 230 kV

Paro cardíaco, paro respiratorio, fibrilación ventricular, quemaduras severas, muerte.

Energía estática

Fibrilación ventricular, quemaduras, shock, golpes, heridas, contusiones.

Iluminación deficiente o en exceso

Fatiga visual, cefalea, disminución de la destreza y precisión, deslumbramiento.

Radiaciones ionizantes (rayos X, alfa, beta y gama)

Alteraciones en tejidos blandos, quemaduras, cáncer, malformaciones congénitas y alteración de células madres.

Radiaciones ionizantes (rayos X, alfa, beta y gama)

Alteraciones de la piel, deshidratación, alteración en algunos tejidos blandos (ojos).

Ruido

Pérdida auditiva inducida por ruido.

Temperaturas extremas por calor

Fatiga que puede producir disminución de la vigilancia, la destreza manual y la rapidez, mareos, desmayos por deshidratación, agravamiento de trastornos cardiovasculares.

Temperaturas extremas por frío

Fatiga, problemas cardiovasculares.

Físico

Agente de riesgo	Peligro	Consecuencia
Físico	Disconfort térmico por calor	Alteraciones vasculares y nerviosas. Otras que incluyeron en los otros PFR como fatiga, etc.
	Disconfort térmico por frío	Fatiga, estrés.
	Vibraciones	Trastornos articulares, daños vasculares (venosos y arteriales), alteración del sistema nervioso central, pérdida de la capacidad auditiva, dolor de espalda, debilitación de la capacidad de agarre, disminución de la sensación y habilidad en las manos, blanqueo de los dedos o "dedos blancos", síndrome del túnel carpiano, trastornos de visión por resonancia, enfermedad de Raynaud.
	Presiones barométricas altas	Trastornos articulares, daños vasculares (venosos y arteriales), alteración del sistema nervioso central, pérdida de la capacidad auditiva, dolor de espalda, debilitación de la capacidad de agarre, disminución de la sensación y habilidad en las manos, blanqueo de los dedos o "dedos blancos", síndrome del túnel carpiano, trastornos de visión por resonancia, enfermedad de Raynaud.
Físico - Químico	Materiales y sustancias combustibles	Quemaduras, amputaciones, alteraciones de órganos y sentidos, muerte.
	Sustancias inflamables	Quemaduras, amputaciones, alteraciones de órganos y sentidos, muerte.
	Materiales y sustancias explosivas	Quemaduras, amputaciones, alteraciones de órganos y sentidos, muerte.

Agente de riesgo

Peligro

Consecuencia

Locativo

Pisos	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Plataformas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Techos	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Paredes, muros, divisiones	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Estructura (vigas, columnas, etc.)	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Cielorrasos, cielos falsos	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Ventanas, claraboyas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Puertas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Rampas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Escalas, escaleras	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Pasamanos, barandas	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Túneles	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Vías, caminos, senderos	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Almacenamiento	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.
Orden y aseo	Golpes, heridas, contusiones, fracturas, esguinces, luxaciones, muerte.

Agente de riesgo	Peligro	Consecuencia
Mecánico	Izaje y cargas suspendidas	Golpes, contusiones, heridas, fracturas, muerte.
	Superficies calientes	Quemaduras, laceraciones.
	Partes en movimiento, sistemas de transmisión y puntos de operación	Heridas, amputaciones, trastornos de tejidos blandos, golpes, fracturas, muerte.
	Proyección de partículas	Golpes, fracturas, heridas.
	Objetos que caen, ruedan, se deslizan, se movilizan	Heridas, amputaciones, laceraciones, muerte.
	Superficies o herramientas cortantes	Heridas, amputaciones, laceraciones.
	Manejo de equipos, máquinas y herramientas manuales	Heridas, amputaciones, laceraciones.
Psicosocial	Factores intralaborales, factores extralaborales, factores individuales	Fatiga, estrés, disminución de la destreza y precisión. Estados de ansiedad o depresión y trastornos del aparato digestivo.
	Situación de atraco, robo u otras situaciones de violencia	Fatiga, estrés, disminución de la destreza y precisión. Estados de ansiedad o depresión y trastornos del aparato digestivo.
Públicos		Movilización peatonal
Tránsito	Transporte de personas	Muerte, fracturas, contusiones, laceraciones.
	Transporte de mercancías	Muerte, fracturas, contusiones, laceraciones.
	Químicos	Líquidos (nieblas y rocíos)
Sólidos (polvos orgánicos, polvos inorgánicos, fibras, humos metálicos y no metálicos)		Neumoconiosis, bisinosis, neumonitis, asma profesional, EPOC, cáncer y muerte.

Agente de riesgo	Peligro	Consecuencia
Químicos	Gases y vapores	Cefaleas, temblores, falta de coordinación, náuseas, vómitos, somnolencia, acúfenos, parálisis, edema cutáneo, neuritis periférica, déficit cognitivo, alteraciones psiquiátricas, diabetes, hipertiroidismo, edema pulmonar, queratitis, dificultad respiratoria, irritación de vías respiratorias, ojos, piel y tracto gastrointestinal, quemaduras, anemia, hipertensión arterial, daño renal, disminución de la fertilidad, disminución de la libido, depresión, teratogenicidad, trastornos del sueño, trastornos de la memoria, convulsiones, coma, paro respiratorio y muerte.
Tareas de alto riesgo	Trabajo en alturas por encima de 1.50 metros. Sin sistemas de protección intrínseca	Politraumatismos y muerte.
Procesos peligrosos	Trabajo en espacios confinados	Trabajo en espacios confinados
Deportes y otras actividades	Trabajo con energías peligrosas	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Trabajo en excavaciones o brechas	Golpes, heridas, laceraciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Trabajos en caliente, corte y soldadura	Quemaduras, intoxicaciones, muerte.
	Recipientes y sistemas a presión	Politraumatismos y muerte.
	Actividades en agua	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, barotrauma, embolia cerebral, síndrome de descompresión, muerte.
	Actividades deportivas	Contusiones, laceraciones, luxaciones, fracturas

Agente de riesgo	Peligro	Consecuencia
Salud pública	Enfermedades transmitidas por el agua y los alimentos	
	Enfermedades inmunoprevenibles	
Naturales	Derrumbe, deslizamientos	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.
	Inundación, desbordamiento de ríos	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.
	Sismo, terremoto	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.
	Precipitaciones, tormentas	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Huracanes, vendaval	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Tsunami, maremoto	Golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, electrocución, politraumatismos, muerte.
	Incendio forestal	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.
	Erupción volcánica	Quemaduras, golpes, heridas, laceraciones, amputaciones, asfixia, intoxicación, politraumatismos, muerte.

