

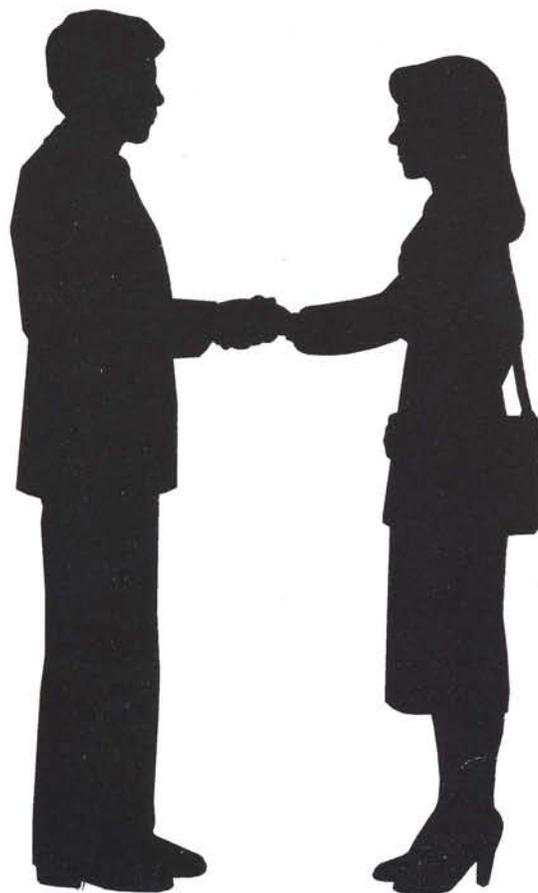
# Manual Básico de Seguridad y Salud Ocupacional



Banco  
Interamericano  
de Desarrollo  
Programa Japón



# MANUAL BÁSICO DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL



# **SECRETARIA DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL**

**ESTE MANUAL BÁSICO FUE ELABORADO POR EL SERVICIO DE  
INSPECCIÓN DE HIGIENE Y SEGURIDAD OCUPACIONAL DEPENDIENTE DE  
LA DIRECCIÓN GENERAL DE PREVISIÓN SOCIAL**

**Mayra Mejía Del Cid**

Secretaría de Estado en los Despachos de Trabajo y Seguridad Social

**Griselda Zelaya Santos**

Directora General de Previsión Social

**Dennis Edgardo Castillo**

Jefe del Servicio de Inspección de Higiene y Seguridad Ocupacional

**Elaboración y Adecuación de Contenidos**

Servicio de Inspección de Higiene y Seguridad Ocupacional

## Índice

Presentación.....	9
Introducción.....	10
Manual Básico de Seguridad y Salud en el Trabajo.....	11
Características del Trabajo.....	11
Salud.....	11
Higiene Industrial.....	12
Seguridad Industrial.....	12
Medicina del Trabajo.....	13
Riesgos Profesionales.....	13
Accidentes de Trabajo.....	14
Clasificación de los Accidentes de Trabajo.....	14
Causas Básicas.....	15
Costos para la Empresa.....	16
Costos para el Trabajador.....	17
Costos para la Sociedad.....	17
Clasificación de Factores de Riesgos Ocupacionales.....	19
Modelo de Causalidad de Accidentes.....	20
Cada cuanto se reunirán las Comisiones Mixtas.....	22
Como se integran.....	22

## **AGRADECIMIENTO ESPECIAL**

**Se agradece el apoyo Del Banco Interamericano de  
Desarrollo Bid y el Programa Japón**

## Lo Esencial

Lo esencial no está en ser poeta, ni artista, ni filósofo. Lo esencial es que cada uno(a) tenga la dignidad de su trabajo, la alegría de su trabajo, la conciencia de su trabajo.

El orgullo de hacer las cosas bien, el entusiasmo de sentirse satisfecho, de querer lo suyo, es la sana recompensa de los fuertes, de los que tienen el corazón robusto y el espíritu limpio.

Dentro de los sagrados números de la naturaleza, ninguna labor bien hecha vale menos, ninguna vale más. Todos somos algo necesario y valioso en la marcha del mundo. El que construye la torre y el que construye la cabaña, el que teje los mantos imperiales y el que cose el traje humilde del obrero; el que fabrica las sandalias de seda imponderables y el que teje la ruda suela que defiende en la heredad el pie del trabajador. Todos somos algo, representamos algo, hacemos vivir algo.

El que siembra el grano que sustenta nuestro cuerpo, vale tanto como el que siembra la semilla que nutre nuestro espíritu, como que en ambas labores va envuelto algo trascendental, noble y humano: Dilatar la vida

Tallar una estatua, pulir una joya, aprisionar un ritmo, animar un lienzo, son cosas admirables. Hacer fecunda la heredad estéril y poblarla de florestas y manantiales, tener un hijo inteligente y bello, y luego pulirle y amarle; enseñarle a desnudarse el corazón y a vivir a tono con la armonía del mundo, esas son cosas eternas.

Nadie se avergüence de su labor, nadie repudie su obra, si en ella a puesto el afecto diligente y entusiasmos fecundo. Nadie envidie a nadie, que ninguna podrá respetarle el don ajeno restarle el propio. La envidia es una carcoma de las maderas podridas, nunca de los árboles lozanos. ensanche y eleve cada uno de lo suyo; defiéndase y escúdense contra toda mala tentación, que si en la palabra religiosa Dios nos da el pan nuestro de cada día, en la satisfacción del esfuerzo legítimo nos brinda la actividad y el sosiego.

Lo triste, lo malo, lo dañino es el enjuto del alma, el que lo niega todo, el incapaz de admirar y de querer. Lo nocivo es el necio, el inmodesto, el que nunca ha hecho nada y lo censura todo, el que jamás ha sido amado y repudia el amor; pero el que trabaja, el que gana su pan y nutre su alegría, el justo, el noble, el bueno, para ese sacudirá el porvenir sus ramajes cuajados de flores y rocío, ya tale montes o cincele poemas.

Nadie se sienta menos. Nadie maldiga a nadie. Nadie desdeñe a nadie. La cumbre espiritual del hombre ha sido el retorno al abrazo de las cosas humildes.

*Alfonso Guillen Zelaya*  
(Hondureño)

## PRESENTACIÓN

La Secretaria de Trabajo Y Seguridad Social, a través de la Dirección General de Previsión Social, tiene la satisfacción de poner a disposición de las diferentes Instituciones gubernamentales, organizaciones sindicales, empresariales y no gubernamentales, el presente Manual Básico de Seguridad y Salud en el Trabajo que permitirá facilitar el desarrollo de los programas de capacitación encaminados a promover la seguridad y la salud de los trabajadores en general.

Este instrumento Contribuirá a fortalecer el conocimiento de trabajadores (as), empleadores (as) y población en general, con el propósito de fomentar una cultura preventiva, en materia de Seguridad y Salud en el Trabajo.

## INTRODUCCIÓN

Como parte de los esfuerzos encaminados a fomentar la Seguridad y Salud Ocupacional, la Secretaría de Trabajo y Seguridad Social a través del Servicio de Inspección de Higiene y Seguridad Ocupacional, ha elaborado el presente documento, que contiene, un marco conceptual, haciendo referencia en la importancia de la prevención de los Riesgos Profesionales (accidentes de trabajo y enfermedades profesionales).

El presente manual, esta dirigido a instituciones Gubernamentales, Organizaciones Sindicales, Empresariales y No Gubernamentales, población estudiantil, clase trabajadora y en especial a los miembros de las Comisiones Mixtas de Higiene y Seguridad Ocupacional, para impulsar una cultura en prevención de Riesgos Profesionales.

## MANUAL BÁSICO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

### Trabajo

Se define como el esfuerzo personal para la producción y comercialización de bienes y/o servicios con un fin económico, que origina un pago en dinero o cualquier otra forma de retribución.

### Características del Trabajo

A través de la historia el trabajo a tenido dos características Fundamentales: Tecnificación y Organización.

#### 1. Tecnificación

Es el acto en el que el individuo Diseña y modifica herramientas y Maquinas que le permiten llevar a cabo esa Transformación del ambiente, pero esta situación al no estar controlada puede amenazar la integridad física, ocasionando Riesgos Profesionales.

#### 2. Organización

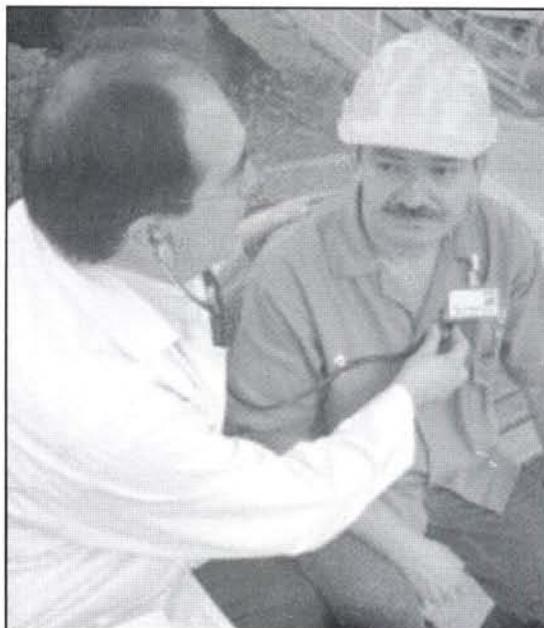
Es la estructura de las relaciones que deben existir entre las funciones, niveles y actividades de los elementos materiales y humanos de un organismo social, con el fin de lograr su máxima eficiencia dentro de los planes y objetivos señalados.

### Salud

Se define como el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

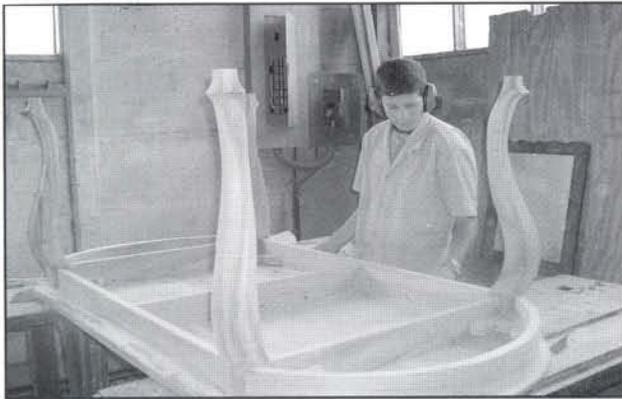
### Salud Ocupacional

Es la disciplina de la Salud que tiene por objeto la evaluación y control de los factores de riesgos, presentes en el ambiente laboral, con el objeto de prevenir los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, y evitar el agravamiento de las enfermedades preexistentes a través de actividades de promoción y capacitación para mejorar el bienestar de los trabajadores (as).



## Actividades de la Salud Ocupacional

1. Promover y mantener el mayor grado posible de bienestar físico, psíquico y social de todos los trabajadores(as).
2. Prevenir todo daño a la salud de los trabajadores ocasionado por las condiciones de trabajo.
3. Proteger a **los trabajadores(as)**, contra los riesgos presentes en los procesos productivos y que resultan perjudiciales a la salud.
4. Ubicar y mantener al trabajador en un empleo adecuado a sus aptitudes fisiológicas y psicológicas.



## Disciplina de la Salud Ocupacional

1. Higiene Industrial
2. Seguridad Industrial
3. Medicina de Trabajo
4. Ergonomía
5. Psicosocial

## Higiene Industrial

Es el arte, ciencia y técnica de reconocer, evaluar y controlar los agentes ambientales y las tensiones que se originan en el lugar de trabajo y que pueden

causar enfermedades, perjuicios a la salud o al bienestar, o incomodidades e ineficiencia entre los trabajadores

## Objetivos de la Higiene Industrial

1. **Identificar** los posibles peligros en el ambiente de trabajo.
2. **Evaluar** los posibles peligros, con el objeto de valorar su exposición y determinar los niveles nocivos a la salud de los trabajadores (as).
3. **Prevenir y controlar**, es la estrategia que permite eliminar o reducir a niveles aceptables los riesgos y factores nocivos a la salud del trabajador en el ambiente de trabajo.

## Seguridad Industrial

Es la disciplina de la Salud Ocupacional, que tiene por objetivo disminuir los accidentes de trabajo, mediante la implementación de medidas adecuadas de prevención y control de los factores de riesgos presentes en el ambiente de trabajo.

## Objetivos

1. Investigación de Accidentes de trabajo
2. Entrenamiento y Capacitación al Personal
3. Elaboración de Procedimientos, Normas y Reglamentos

4. Inspecciones de seguridad en las Áreas de trabajo
5. Revisión de los Equipos de Protección Individual y colectiva.

### Medicina del Trabajo

La **medicina del trabajo** es la especialidad médica que se dedica al estudio de las enfermedades y los accidentes que se producen por causa o consecuencia de la actividad laboral, así como las medidas de prevención que deben ser adoptadas para evitarlas o aminorar sus consecuencias

### Actividades

1. Realizar los exámenes periódicos, al ingreso, durante y al retiro del trabajo.
2. Desarrollar actividades de vigilancia epidemiológica para la detección y prevención de enfermedades profesionales.
3. Estudiar la toxicidad de las materias primas y otros productos, y sus posibles efectos en la salud del trabajador.

### Ergonomía

Ciencia que estudia las relaciones entre el hombre y la actividad que realiza.

Trata de adaptar las condiciones del trabajo a las características físicas, psicológicas y fisiológicas del trabajador

### Aspectos a evaluar

1. Horarios de Trabajo
2. Jornadas de Trabajo
3. Cargas de Trabajo
4. Movimientos repetitivos
5. Ritmos de Trabajo
6. Pausas de trabajo
7. frecuencias de trabajo

### Riesgos Profesionales

Se entiende por riesgos profesionales según el artículo 402 del código de trabajo vigente, los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales a que están expuestos los trabajadores a causa de las labores que ejecutan por cuenta ajena.



## Accidentes de Trabajo

### Definición Técnica

Es todo suceso repentino, que sobreviene por causa o con ocasión del trabajo y que pueda ocasionar lesiones o la muerte a las personas, daño a la maquinaria e interrupción del ritmo de producción.

### Definición Legal (artículo 403 del Código de Trabajo vigente)

Se entiende por accidente de trabajo todo suceso imprevisto y repentino que sobrevenga por causa o con ocasión del trabajo y que produzca al trabajador una lesión orgánica o perturbación funcional permanente o pasajera.

### Se Considera También Accidente de Trabajo

#### El Accidente en Trayecto

Es el que se produce durante la ejecución de ordenes del empleador o ejecución de una labor bajo su autoridad, aun fuera del lugar y horario de trabajo y el que se produzca durante el trayecto y horario habituales del trabajador desde su residencia al lugar de trabajo y viceversa. Según el Reglamento General de la ley del Seguro Social, Título 1, Capítulo 2, artículo 4, numeral 29)

### Clasificación de los Accidentes

No existe una clasificación única para los tipos de accidentes que ocurren en los ambientes laborales. Las estadísticas, de acuerdo a sus características, clasifican los accidentes según su tipo de acuerdo a sus objetivos.

En todo caso se debe destacar que el tipo de accidente se puede definir diciendo “que es la forma en que se produce el contacto entre el accidentado y el agente”.

### 1.- Accidentes en los que el material va hacia al hombre:

- Por golpe.
- Por atrapamiento.
- Por contacto.

### 2.- Accidentes en los que el hombre va hacia el material:

- Por pegar contra.
- Por contacto con.
- Por prendimiento.

Por caída a nivel (por materiales botados en los pasillos, piso deteriorado, manchas de aceite en el suelo, calzado inapropiado).  
Por caída a desnivel (desde escaleras o andamios).  
Por aprisionamiento.

### 3.- Accidentes en los que el movimiento relativo es indeterminado:

- Por sobreesfuerzo.
- Por exposición.

La ventaja de conocer la tipología de cada accidente estriba en que a cada tipo le corresponderán medidas específicas de prevención



### Causas Básicas

Son las causas reales de los accidentes y que una vez identificadas permiten un control administrativo significativo en la prevención de la accidentabilidad. Las causas básicas se pueden clasificar en dos categorías importantes:

#### 1. Factores de Trabajo

- Liderazgo y supervisión deficiente
- Ingeniería inadecuada
- Adquisiciones incorrectas
- Mantenimiento Inadecuado
- Uso y Desgaste
- Herramientas, equipos inadecuados
- 

#### 2. Factores personales

- Falta de Conocimiento
- Falta de habilidad
- Stress
- Motivación inadecuada

### Causas Inmediatas

Son las circunstancias que se presentan justamente ante el contacto se les llama actos inseguros o condiciones inseguras.

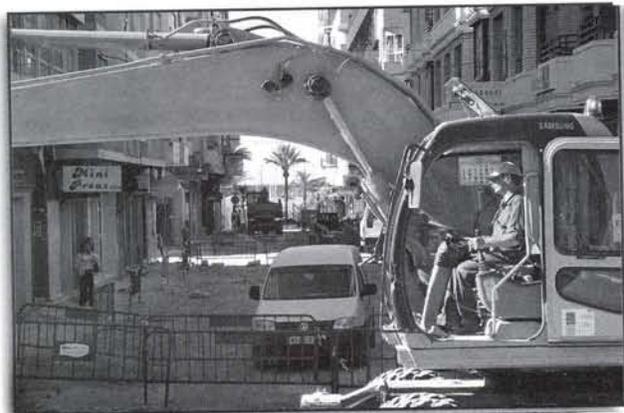
#### 1.-Actos Inseguros

- Operar equipos sin autorización
- No señalar o Advertir
- Operar a velocidad inadecuada
- Retirar los dispositivos de seguridad
- Usar equipo defectuoso
- No usa elementos de protección
- Reparar o realizar mantenimiento a equipo en funcionamiento
- Trabajar bajo el efecto del alcohol y drogas

#### 2. Condiciones Inseguras

- Protección y resguardos mal diseñados
- Equipos de protección inadecuado o deficiente
- Herramienta, equipos y materia prima defectuosas
- Espacio Limitado para moverse
- Señalización insuficiente
- Orden y Limpieza inadecuada
- Exposición a ruido, vibraciones o temperaturas, radiaciones.
- Iluminación inadecuada
- Ventilación insuficiente

Con ocasión del trabajo y que produzca al trabajador una lesión orgánica o perturbación funcional permanente o pasajera.



### Costos de los Accidentes de Trabajo

Los podemos enfocar desde dos aspectos:

1. Costos Humanos
2. Costos Económicos.

#### Costo Humano

- El sufrimiento del trabajador
- La invalidez resultante
- La muerte
- La pérdida o disminución de su capacidad de trabajo
- Alteraciones mentales del afectado
- Alteraciones Psicosociales del trabajador y su familia

#### Costo Económico

Los costos económicos están formados por todos los gastos y pérdidas monetarias que origina el accidente ya sea al trabajador, a la empresa o al Estado.

### Costos para la Empresa

#### Costos Directos

Todo accidente de trabajo trae consigo involucrados varios factores que inciden en la productividad de la empresa, relacionados especialmente en la cuantía de costos directos que reflejan una cuarta a quinta parte del costo total

#### Los costos directos lo constituyen:

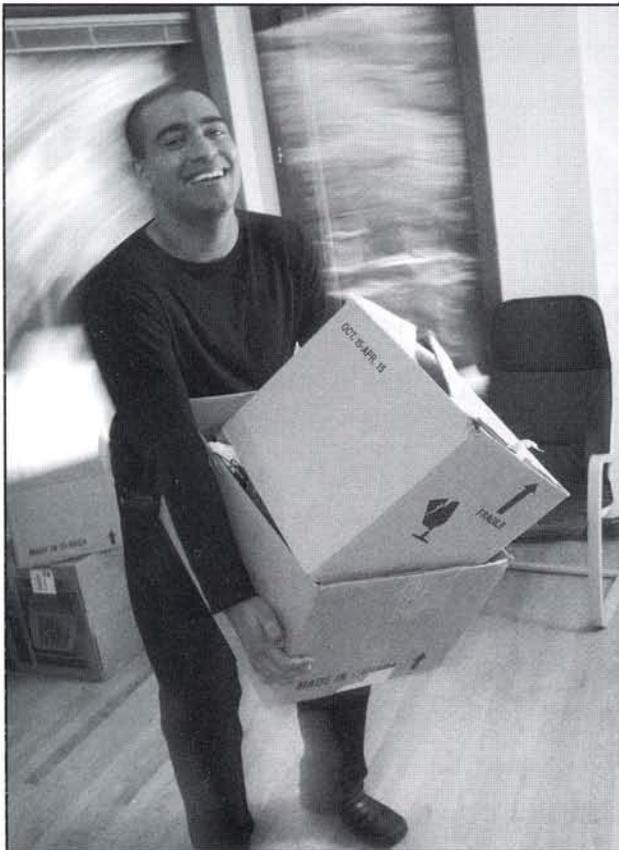
- Asistencia medica y quirúrgica
- Hospitalización
- Medicamentos
- Exámenes de Laboratorios o Radiológicos
- Rehabilitación
- Readaptación Ocupacional
- Prótesis
- Transporte, Alimentación y hospedaje cuando el accidentado reciba atención fuera de su lugar de residencia.
- Costos legales (abogados)
- Pago de incapacidades temporales
- Incapacidades permanentes sujetas a indemnización
- Indemnización a familiares en caso de muerte del trabajador
- Ayuda para gastos de funeral.

#### 2. Costos Indirectos

Además de los costos directos que hemos mencionados, suceden otros denominados ocultos o indirectos, por ser mas difíciles de cuantificar y muchas veces permanecen ocultos y no son reconocidos porque no poseen la información necesaria para detectarlos, estos costos son mucho mayores que los directos.

### Los costos indirectos lo constituyen:

- Costos del tiempo perdido por los mandos en atender el accidente, investigar el accidente.
- Costos de los daños sufridos por la maquinaria, materiales, herramientas y equipos.
- Costos por los primeros auxilios, personal que se desplaza a acompañar al accidentado.
- Costos por el tiempo que los compañeros del accidentado pierden en atenderlo
- Costos por el atrazo en toda el área de trabajo donde ocurrió el accidente
- Costos de la pérdida de productividad general que ocasiona el accidente
- Costos por la situación del Accidentado (capacitación)



### Costos para el trabajador

Para el trabajador un accidente de trabajo supone generalmente las siguientes repercusiones

#### Humanas

- Dolor Físico
- Lesiones corporales
- Lesiones Psicológicas
- Sufrimiento Familiar
- Discapacidad y discriminación.

#### Económicas

Disminución del ingreso habitual  
Gastos adicionales indirectos

### Costos para la Sociedad

Los accidentes de trabajo también suponen gastos para la sociedad, costos que generalmente son muy altos y los cuales no los hemos podido cuantificar adecuadamente estos repercuten en la economía nacional.

### Los costos para la sociedad son:

#### Costos Humanos

- Muertes
- Discapacidad
- Deterioro de la calidad de vida de la población.
- 

#### Costos económicos

- Costos de los hospitales públicos y de la seguridad social
- Actuaciones obligadas: procesos e investigaciones

- Sustracción de recursos humanos capacitados para el trabajo
- Deterioro de bienes y servicios
- Aumento de la indigencia, delincuencia y otros problemas sociales

### **Incidente**

Son acontecimientos anormales, no deseados que se presentan en forma brusca e inesperada y que pueden causar lesiones a las personas o daños materiales.

### **Enfermedad Profesional**

#### **Definición Técnica**

Es el deterioro manifiesto de la salud del trabajador, como consecuencia de la exposición a agentes contaminantes o por métodos inadecuados de trabajo.

#### **Definición Legal (artículo 404 del Código de Trabajo vigente)**

Se entiende por enfermedad profesional todo estado patológico que sobrevenga como consecuencia obligada de la clase de trabajo que desempeña el trabajador, o del medio en que se ha visto obligado a trabajar, o bien sea determinado por agentes físicos químicos y biológicos.

#### **Características de la Enfermedad Profesional**

1. Es un deterioro lento y paulatino de la salud (aparece después de varios meses o años de

exposición a la condición peligrosa).

2. Sus efectos son irreversibles

### **Factores que dan origen a una Enfermedad Profesional**

1. Concentración del agente contaminante en el ambiente de trabajo
2. Tiempo de exposición
3. Características personales de cada individuo
4. La presencia de varios agentes contaminantes

### **Factor de Riesgo**

Es un elemento, fenómeno o acción humana que puede provocar daño en la salud de los trabajadores, en los equipos o en las instalaciones. Ejemplo, sobre esfuerzo físico, ruido, monotonía.

### **Riesgo**

Se denomina a la probabilidad de que un objeto, material, sustancia o fenómeno pueda, potencialmente, desencadenar perturbaciones en la Salud o integridad física del trabajador, así como en los materiales y equipos.

### **Peligro**

Es cualquier situación (acto o condición) o fuente que tiene un potencial de producir una lesión o enfermedad al trabajador y daños a la propiedad, al ambiente o una combinación de éstos

## Clasificación de los Factores de Riesgos

### 1. Riesgos Físicos

- Ruido
- Iluminación
- Vibraciones
- Temperaturas Externas
- Radiaciones Ionizantes
- Radiaciones no Ionizantes
- Humedad (contacto con agua)

### 2. Químicos

- Polvos
- Gases y Vapores
- Humos
- Neblinas y rocíos
- Líquidos
- Sólidos

### 3. Biológicos

- Virus
- Bacterias
- Hongos
- Animales
- Plantas

### 4. Ergonómicos

#### *Esfuerzos*

- Levantamientos de Carga
- Transporte de Cargas

- *Posturas*
- Diseño de puestos de Trabajo
- Diseño de herramientas
- Movimientos repetitivos

### 5. Psicosociales

- Cargas de trabajo
- Relaciones personales y atención al público

### Contaminante

Es todo agente físico, químico o biológico presente en el ambiente de trabajo. Que en cantidad o concentración no permitida puede afectar la salud de las personas que entren en contacto con él.

### Prevención Ocupacional

Es el conjunto de técnicas dedicadas a analizar y evaluar los factores de riesgos del ambiente de trabajo, dictar las medidas encaminadas a controlarlos y cuantificar sus efectos en la salud de los trabajadores.

1. Actividad básica destinada a controlar o eliminar los factores de riesgo presentes en el medio ambiente laboral, que afectan la salud de los trabajadores. Este término también se refiere a las actividades de promoción de aquellos factores derivados de los estilos de vida, o agravan determinadas situaciones de riesgo.

La administración en cualquier tipo de empresa, no importa su tamaño, exige el control como principio básico y fundamental de una buena gestión. Sin este principio la empresa no solo esta sometida a factores de riesgos de salud ocupacional sino a todo tipo de riesgos

### **Modelo de Causalidad de Accidente** **Falta de controles**

1. Programas Inadecuados
2. Estándares inadecuados
3. Incumplimiento de la Normativa Laboral vigente

### **Causas Básicas**

1. Factores Personales
2. Factores del Trabajo

Causas inmediatas (síntomas)

1. Actos y condiciones inseguras

### **Incidentes**

1. Contacto con energía o sustancias

Consecuencias (perdidas)

1. Personales
2. Propiedad
3. Proceso

### **Comisiones Mixtas de Higiene y Seguridad Ocupacional**

Son organismos de promoción y vigilancia de las normas y reglamentos de salud y seguridad dentro de cada empresa, encargadas de velar por la seguridad de los trabajadores, (Artículo 412, Código de Trabajo Vigente y Capitulo VI, del Reglamento General de Medidas Preventivas de accidentes de trabajo y Enfermedades Profesionales)



### **Como se deben Constituir las Comisiones Mixtas**

1. En cada institución o empresa pública o privada donde se empleen diez (10) o mas trabajadores

### **Requisito para ser miembro de las comisiones mixtas**

1. Tener conocimientos básicos en prevención de riesgos profesionales, con grado de escolaridad, o en todo caso, relacionado directamente por su actividad con los procesos productivos o fuentes originarias de eventuales riesgos.

## Funciones

1. Vigilar el estricto cumplimiento del Reglamento General de Medidas Preventivas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales, los Reglamentos especiales y demás normas relativas a la Seguridad y Salud de la empresa.
2. Efectuar mensualmente visitas a la planta, instalaciones y equipos del centro de trabajo, afín de verificar las condiciones de seguridad y salud que prevalezcan.
3. Velar por el cumplimiento de los programas de Seguridad Y Salud en el trabajo que se estén realizando en la empresa.
4. Investigar las causas de los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.
5. Supervisar con los encargados de los programas preventivos, la capacitación recibida por los trabajadores, sobre los riesgos de su actividad.
6. Informar semestralmente a las autoridades de trabajo sobre las actividades a desarrollar.
7. Vigilar el suministro del equipo de protección individual proporcionado a los trabajadores, revisando si es el adecuado de acuerdo al riesgo que se quiere prevenir.
8. Solicitar y analizar los informes emitidos por los encargados de seguridad e higiene en la empresa.
9. Actuar como agentes de vigilancia para el cumplimiento del programa de seguridad y salud en el trabajo e informar el estado de ejecución a la autoridad competente.
10. Informar y advertir a la dirección de la empresa, a la organización sindical cuando existieran, a los trabajadores y a la Secretaria de Trabajo y Seguridad Social, en su caso, de los defectos y las irregularidades detectadas y que puedan generar un riesgo, a fin de que se adopten las medidas preventivas.
11. Promover entre los trabajadores su interés para que se sometan a los reconocimientos médicos.
12. Velar porque todos los trabajadores reciban la información sobre seguridad y salud en el trabajo y fomentar en ellos la práctica y observancia de las medidas preventivas para evitar los riesgos profesionales.
13. Promover la divulgación y propaganda sobre salud y seguridad en el trabajo, mediante cursillos, jornadas y charlas a empleadores y trabajadores, a través de carteles, avisos, mensajes sobre cuestiones y temas relativos al área.
14. Proponer la concesión de distinciones al personal de la empresa y sus directores cuando hayan tenido destacada participación en la prevención de riesgos, así como la imposición de sanciones por el cumplimiento de las normas y medidas de seguridad e higiene ocupacional de cumplimiento obligatorio en el seno de la empresa.
15. Vigilar por la eficaz organización de las brigadas de lucha contra incendios y primeros auxilios.

16. Vigilar porque los trabajadores accidentados reciban oportunamente los primeros auxilios.

17. Elaborar anualmente un informe de las actividades realizadas en el año, remitiéndolo a la Secretaria de Trabajo y Seguridad Social, en la ultima quincena del mes de noviembre; remitiendo copia del mismo al Instituto permanentes se organizara una comisión Mixta de Higiene y Seguridad.

2. En un mismo centro de trabajo podrán constituirse una o mas comisiones Mixtas considerando lo siguiente:

- a) De acuerdo las jornadas de trabajo
- b) Al numero de trabajadores
- c) Y la cantidad de centros o puestos de trabajo que disponga.



### Como se Integran

1. Deben integrarse por igual número de representantes de la empresa y de los trabajadores, con sus respectivos suplentes:

- De 10 a 49 trabajadores, un representante por cada una de las partes.
- De 50 a 99 trabajadores, dos representantes por cada una de las partes.
- 100 a 499 trabajadores, tres representantes por cada una de las partes.
- 500 a 999 trabajadores, cuatro representantes por cada una de las partes.
- 1000 a más trabajadores, cinco representantes por cada una de las partes.

A las reuniones de la Comisión solo asistirán los miembros principales, Los suplentes asistirán en ausencia de los propietarios y serán citados a las reuniones por el presidente de la comisión.



### Cada Cuanto se reunirán las Comisiones Mixtas

Se deberán reunir por lo menos una vez al mes, en el local de la empresa durante el horario del trabajo, y podrán reunirse extraordinariamente cuando las circunstancias lo ameriten.

El empleador en coordinación con la Secretaria de Trabajo y Seguridad Social y el Instituto Hondureño de Seguridad Social facilitara la capacitación de las Comisiones en lo referente a los factores de Riesgo presentes en el centro de trabajo.