



**REPÚBLICA DE PANAMÁ
UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS
FACULTAD DE CIENCIAS LOGÍSTICAS**

**PROPUESTA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE UN PLAN DE SEGURIDAD Y SALUD
OCUPACIONAL EN UN CENTRO DE DISTRIBUCIÓN**

**PROYECTO DE TRABAJO PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIADO EN
INGENIERÍA INDUSTRIAL CON ÉNFASIS EN SEGURIDAD Y SALUD
OCUPACIONAL**

**Tutor: Michael Castillo
Autor: Keyla Araba**

Ciudad de Panamá, octubre 2024.



**REPÚBLICA DE PANAMÁ
UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS
FACULTAD DE CIENCIAS LOGÍSTICAS**

**PROPUESTA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE UN PLAN DE SEGURIDAD Y SALUD
OCUPACIONAL EN UN CENTRO DE DISTRIBUCIÓN.**

**PROYECTO DE TRABAJO PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIADO EN
INGENIERÍA INDUSTRIAL CON ÉNFASIS EN SEGURIDAD Y SALUD
OCUPACIONAL**

Autor: Keyla Araba

Ciudad de Panamá, octubre 2024.



Ciudad de Panamá, 16 de octubre de 2024

Profesor (a)

Nagib Yassir

Coordinador Comité de Titulación de Estudios de Licenciatura.

En mi carácter de Tutor del Trabajo de Grado presentado por la Bachiller Keyla Araba, documento de identidad N.º 8-900-839, para optar al grado de, Licenciada en Ingeniería Industrial con énfasis en Seguridad y Salud Ocupacional, considero que el trabajo: reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Jurado examinador que se designe.

Atentamente,

<Firmado en original>

Ing. Michael Castillo



INFORME DE ACTIVIDADES DE TUTORÍA DE OPCIÓN DE TITULACIÓN (ATOT) FACULTAD DE CIENCIAS LOGÍSTICAS

Carrera o Programa: Trabajo de Grado

Estudiante: Keyla Araba. Cédula: xxxxxx

Tutor(a): Michael Castillo.



Cédula de identidad o pasaporte No.: xxxxxx

Título del TG o PG: PROPUESTA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE UN PLAN DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL EN UN CENTRO DE DISTRIBUCIÓN.

SESIÓN	FECHA	HORA REUNIÓN	MODALIDAD (VIRTUAL/ PRESENCIAL)	ASPECTO TRATADO	OBSERVACIÓN
1.	8-6-24	03:00 PM	VIRTUAL	Anteproyecto	Correcciones del documento.
2.	15-6-24	02:00 PM	VIRTUAL	Capítulo I y II	Revisión de documentos.
3.	22-6-24	01:00 PM	VIRTUAL	Capítulo I y II	Correcciones de formatos.
4.	29-6-24	04:00 PM	VIRTUAL	Cuadro de validación de instrumento	Se revisó las preguntas para el Instrumento de Investigación.
5.	06-07-24	03:00 PM	VIRTUAL	Cuadro de operacionalización	Se validó el cuadro de operacionalización.
6.	13-7-24	05:00 PM	VIRTUAL	Capítulo III y IV	Revisión del análisis de los resultados.
7.	20-7-24	03:00 PM	VIRTUAL	Capítulo V y VI	Revisión del proyecto.
8.	27-7-24	02:00 PM	VIRTUAL	Referencias del documento	Revisión final del documento.
9.	03-8-24	04:00 PM	VIRTUAL	Estructura del documento	Revisión final del documento.
10.	10-8-24	05:00 PM	VIRTUAL	Resultados	Revisión final del documento.

SESIÓN	FECHA	HORA REUNIÓN	MODALIDAD (VIRTUAL/ PRESENCIAL)	ASPECTO TRATADO	OBSERVACIÓN
11.	17-8-24	01:00 PM	VIRTUAL	Conclusiones y recomendaciones	Revisión final del documento.
12.	24-8-24	02:00 PM	VIRTUAL	Anexos	Aprobación del documento

Declaramos que las especificaciones anteriores representan el proceso de dirección de la Opción de Titulación arriba mencionada

Firma del Tutor 	Firma del Estudiante: 
Firma del(la) Profesor(a) de Opción de Titulación	Fecha (Octubre/2024)

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de grado, en primer lugar, a Dios, porque sin mi fe en Él no habría podido superar los desafíos ni llegar tan lejos en mi camino. Agradezco cada bendición y fortaleza que me ha brindado para seguir adelante. A mi madre, Teodolinda Gutiérrez, quien ha sido un pilar fundamental durante toda mi carrera. De ella aprendí el valor del esfuerzo y la dedicación diaria para alcanzar lo que uno se propone. Su ejemplo y apoyo incondicional han sido una fuente constante de inspiración.

A mi hijo César, quien ha sido mi mayor motivación para seguir adelante, incluso en los momentos más difíciles. Su presencia en mi vida me ha impulsado a no rendirme y a luchar por un futuro mejor.

Estas personas, a quienes amo profundamente, merecen cada uno de mis logros y triunfos. Este trabajo es también suyo, porque sin su apoyo y motivación, este sueño no habría sido posible.

RECONOCIMIENTO

En primer lugar, reconozco y agradezco a Dios por brindarme la fuerza, la sabiduría y la perseverancia necesarias para superar cada obstáculo durante este proceso. Su guía ha sido esencial en cada paso que he dado.

Agradezco profundamente al Ing. Michael Castillo, mi tutor, por su invaluable apoyo, paciencia y orientación durante la elaboración de este proyecto. Su conocimiento y dedicación fueron fundamentales para el desarrollo de esta investigación, y su confianza en mi trabajo me impulsó a seguir adelante.

Extiendo mi gratitud a mis profesores de la Universidad Internacional de Ciencias y Tecnologías UNICYT, quienes me proporcionaron las herramientas académicas y el apoyo necesarios a lo largo de mi formación. Su acompañamiento y enseñanzas han sido clave en mi crecimiento profesional.

Mi agradecimiento también va dirigido a la empresa Tamek S.A., por ofrecerme la oportunidad de llevar a cabo esta investigación en su centro de distribución, así como por su colaboración y apertura en la recolección de datos.

Finalmente, quiero expresar mi profundo agradecimiento a mi familia, especialmente a mi madre, Teodolinda Gutiérrez, y a mi hijo, César, quienes con su amor y apoyo incondicional fueron mi mayor motivación. Agradezco también a todas las personas que contribuyeron con su apoyo constante para mantenerme firme durante este proceso académico.

ÍNDICE GENERAL

Contenido

RESUMEN	14
ABSTRACT	15
CAPÍTULO I	18
PROBLEMÁTICA A INVESTIGAR	18
1.1 Planteamiento del problema.	18
1.2 Formulación del problema.	18
1.3 Objetivo de la investigación.	19
1.3.1 Objetivo general	19
1.3.2 Objetivos específicos	19
1.4 Justificación de la investigación.	19
CAPITULO II	21
MARCO TEÓRICO	21
2.1 Antecedentes de la investigación	21
2.2 Marco Contextual Principio del formulario	22
2.2.1 Reseña de la empresa	22
2.2.2 Ubicación	23
2.2.3 Flujograma de Proceso.	23
2.3 Marco Legal	27
2.4 Definición De Los Términos Fundamentales En La Investigación.	29
CAPITULO III	31
MARCO METODOLÓGICO	31
3.1 Diseño de la investigación.	31
3.2 Población Y Muestra.	31
3.3 Técnicas E Instrumentos De Recolección De Datos.	31
CAPITULO IV	33
ANALISIS DE LOS RESULTADOS	33
4.1 Análisis de la Muestra.	33
Distribución de la muestra según rango de edades de los trabajadores encuestados en la empresa Tamek s.a.	34
Distribución de la muestra según tiempo laborado en la empresa.	35
Distribución de la muestra según ¿En qué medida cree que la empresa ha priorizado la seguridad y salud ocupacional en sus operaciones?	36

Distribución de la muestra según. ¿Se le ha entregado capacitación sobre el uso adecuado del equipo de protección personal y las medidas de seguridad en su área de trabajo?	37
Distribución de la muestra según. ¿Considera usted importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek S.A.?	38
Distribución de la muestra según ¿Ha reportado alguna vez un accidente o incidente de trabajo en la empresa?	39
Distribución de la muestra según ¿Ha participado en algún simulacro de emergencia en su lugar de trabajo?	40
Distribución de la muestra según. ¿Ha presenciado alguna vez prácticas laborales inseguras en su lugar de trabajo?	41
Distribución de la muestra según. ¿Sabe cómo actuar en caso de una emergencia en el entorno laboral (incendio, evacuación, etc.)?	42
Distribución de la muestra según. ¿Qué tipo de capacitación te gustaría recibir para mejorar la seguridad y salud ocupacional en tu puesto de trabajo?	43
Distribución de la muestra según. ¿Qué medidas específicas crees que deberían implementarse para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?	44
Distribución de la muestra según. ¿Qué tan dispuesto/a estás a participar activamente en iniciativas para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?	45
Distribución de la muestra según. ¿Qué impacto positivo esperas ver en el ambiente laboral de la empresa con la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional?	46
Distribución de la muestra según. ¿Cómo preferirías recibir información y capacitaciones sobre seguridad y salud ocupacional en la empresa?	47
Distribución de la muestra según. ¿Estaría de acuerdo en la implementación de seguridad y salud ocupacional en la empresa?	48
CAPITULO V	49
CONCLUSIONES	49
CAPITULO VI	53
DIAGNÓSTICO DE RIESGOS Y CONDICIONES ACTUALES	53
6.1 Identificación De Riesgos Específicos En El Centro De Distribución	53
6.2 Estadísticas de accidentes Laborales en el Centro de Distribución (CEDI)2024.	65
CAPITULO VII	66
PROPUESTA DE PLAN DE ACCIÓN	66
7.1 Introducción	66
7.2 Estrategias	66

	10
7.2.1 Programa De Prevención De Riesgos.	66
7.2.2 Capacitaciones.	70
7.2.3 Compromiso por parte de la alta gerencia.	72
7.2.4 Dotar al personal de equipo de protección personal (EPP).	72
CAPITULO VIII	74
SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN	74
8.1 Seguimiento de Plan de Acción:	74
CÁPITULO IX	76
RECOMENDACIONES ADICIONALES	76
REFERENCIAS	Error! Bookmark not defined.
ANEXOS	80
Validez del instrumento: Cuestionario	81
EVALUACION DEL EXPERTO:	84
OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES	86
Instrumento de investigación aplicado a los trabajadores de empresas Tamek S.A	88

ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1. EDAD	34
Tabla 2. ¿Tiempo que labora en la empresa?	35
Tabla 3. ¿En qué medida cree que la empresa ha priorizado la seguridad y salud ocupacional en sus operaciones?	36
Tabla 4. ¿Considera usted importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek S.A.?	37
Tabla 5. ¿Considera usted importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek?	38
Tabla 6. ¿Ha reportado alguna vez un accidente o incidente de trabajo en la empresa?	39
Tabla 7. ¿Ha participado en algún simulacro de emergencia en su lugar de trabajo?	40
Tabla 8. ¿Ha presenciado alguna vez prácticas laborales inseguras en su lugar de trabajo?	41
Tabla 9. ¿Sabe cómo actuar en caso de una emergencia en el entorno laboral (incendio, evacuación, etc.)?	42
Tabla 10. ¿Qué tipo de capacitación te gustaría recibir para mejorar la seguridad y salud ocupacional en tu puesto de trabajo?	43
Tabla 11. ¿Qué medidas específicas crees que deberían implementarse para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?	44
Tabla 12. ¿Qué tan dispuesto/a estás a participar activamente en iniciativas para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?	45
Tabla 13. ¿Qué impacto positivo esperas ver en el ambiente laboral de la empresa con la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional?	46
Tabla 14. ¿Cómo preferirías recibir información y capacitaciones sobre seguridad y salud ocupacional en la empresa?	47
Tabla 15. ¿Estaría de acuerdo en la implementación de seguridad y salud ocupacional en la empresa?	48
Tabla 16. Accidentes ocurridos en el CEDI en 2024.	65
Tabla 17. Seguimiento de plan de acción.	74

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ubicación Satelital De Tamek 24 De diciembre.	23
Figura 2. Centro de distribución.	23
Figura 3. Flujograma de Proceso.	24
Figura 4. Distribución de edades del personal en la empresa.	34
Figura 5. Distribución del tiempo del laborar en la empresa.	35
Figura 6. Descripción de la percepción del personal sobre la priorización de la seguridad y salud en las operaciones de la empresa.	36
Figura 7. Distribución de Respuestas sobre la Entrega de Capacitación en el Uso de equipo de protección personal.	37
Figura 8. Descripción de la percepción del personal sobre la Importancia de Implementar Seguridad y Salud Ocupacional en la Empresa.	38
Figura 9. Descripción sobre reportes de accidentes o incidentes en el lugar de trabajo por parte del personal.	39
Figura 10. Descripción sobre posible participación en simulacros de emergencia.	40
Figura 11. Descripción de los encuestados que han presenciado o no prácticas laborales inseguras en su área de trabajo.	41
Figura 12. Descripción Conocimiento del Personal sobre Procedimientos de Emergencia.	42
Figura 13. Descripción de Preferencias de Capacitación Deseadas por los Encuestados para Mejorar la Seguridad y Salud Ocupacional en su Puesto de Trabajo.	43
Figura 14. Descripción de Medidas Priorizadas por los Encuestados para Promover un Entorno Seguro.	44
Figura 15. Descripción de la disposición del personal para mejorar la seguridad y salud en la empresa.	45
Figura 16. Descripción del Impacto esperado de la Implementación de Seguridad y Salud Ocupacional según los Encuestados.	46
Figura 17. Descripción de preferencias de como desean recibir información sobre temas de seguridad y salud ocupacional.	47
Figura 18. Descripción del nivel de aceptación de los encuestados respecto a la implementación de seguridad ocupacional en la empresa.	48
Figura 19. Acumulación de agua en zona de carga y descarga.	54
Figura 20. Cubos y canastas para goteras que obstaculizan el proceso.	54
Figura 21. Manejo inseguro de equipo de carga.	55
Figura 22. Pasillos Obstruidos por pallets dañados.	56

Figura 23. Pasillos obstruidos por mercancía.	56
Figura 24. Ausencia De Líneas De Seguridad En Algunos Pasillos.	56
Figura 25. Líneas De Seguridad Borrosas.	57
Figura 26. Almacenamiento inadecuado por estibas altas.	57
Figura 27. Almacenamiento inadecuado con pallets dañado.	57
Figura 28. Manipulación Inadecuada de la carga.	59
Figura 29. Manejo inadecuado de carga pesada.	59
Figura 30. Riesgos De Caídas Uso inseguro de pallets como escalera para bajar cajas.	60
Figura 31. Riesgos de caídas por malas prácticas al utilizar pallets como escalera.	60
Figura 32. Manejo De Carga con transpaleta manual.	60
Figura 33. Iluminación Inadecuada en el área de descarga.	61
Figura 34. Obstáculos identificados en el área de descarga.	61
Figura 35. Cables en mala posición que obstaculizan el proceso de descarga.	61
Figura 36. Equipo de protección personal recomendado para utilizar en el CEDI.	63
Figura 38. Extintores ubicados en el piso y obstaculizados.	64
Figura 37. Señalización contra incendio mal ubicadas.	64
Figura 39. Estadística de accidentes.	65
Figura 40. Análisis FODA.	75
Figura 41. Instrumento de investigación aplicado a los trabajadores de empresas Tamek S. A	88



REPÚBLICA DE PANAMÁ
UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA FACULTAD DE CIENCIAS
LOGÍSTICAS
PROPUESTA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE UN PLAN DE SEGURIDAD Y SALUD
OCUPACIONAL EN UN CENTRO DE DISTRIBUCIÓN.

Autor: Keyla Araba
Tutor: Michael Castillo
Año: 2024

RESUMEN

El objetivo principal de esta investigación es identificar los riesgos laborales en el centro de distribución y proponer soluciones efectivas para mitigarlos, mediante un análisis exhaustivo de las condiciones de trabajo. La propuesta de implementación de un sistema integral de seguridad y salud ocupacional incluye medidas preventivas como la mejora de la señalización e infraestructura, procedimientos de almacenamiento seguros y la adquisición de equipos de protección personal adecuados. Esta implementación no solo beneficiará la integridad física y mental de los trabajadores, sino que también optimizará la eficiencia operativa y aumentará la productividad de la empresa. La investigación que se llevará a cabo tiene un enfoque cualitativo, descriptivo y de campo, siendo este último de campo debido a que se realizará directamente en las instalaciones. Se utilizaron encuestas y entrevistas para recolectar datos cualitativos sobre las percepciones y experiencias de los trabajadores, así como análisis cuantitativos de estadísticas de incidentes laborales y condiciones operativas. La investigación también tiene en cuenta las leyes y normativas vigentes en Panamá que regulan la seguridad y salud ocupacional.

Descriptores: Riesgos laborales, Medidas de seguridad, Plan de acción, Implementación, Seguridad y salud ocupacional, Centro de distribución.



**REPUBLIC OF PANAMA
INTERNATIONAL UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY LOGISTICS
SCIENCE FACULTY**

**PROPOSAL FOR THE IMPLEMENTATION OF AN OCCUPATIONAL HEALTH AND
SAFETY PLAN IN A DISTRIBUTION CENTER.**

Author: Keyla Araba
Tutor: Michael Castillo
Year: 2024

ABSTRACT

The main objective of this research is to identify occupational risks in the distribution center and propose effective solutions to mitigate them, through a thorough analysis of working conditions. The proposal for the implementation of a comprehensive occupational health and safety system includes preventive measures such as improved signalling and infrastructure, safe storage procedures and the acquisition of adequate personal protective equipment. This implementation will not only benefit workers' physical and mental integrity but will also optimize operational efficiency and increase company productivity. The research to be carried out has a qualitative, descriptive and field approach, the latter being field because it will be conducted directly at the facilities, Surveys and interviews were used to collect qualitative data on workers' perceptions and experiences, as well as quantitative analyses of statistics of labour incidents and operating conditions. The research also considers the laws and regulations in force in Panama that regulate occupational safety and health.

Descriptors: Occupational hazards, Safety measures, Action plan, Implementation, Occupational safety and health, Distribution center.

INTRODUCCIÓN

La seguridad y la salud ocupacional son pilares fundamentales para garantizar un entorno laboral seguro y productivo en cualquier organización. En este contexto, la presente investigación se centra en abordar los desafíos relacionados con la seguridad y salud ocupacional en el Centro de Distribución (CEDI) de Empresas Tamek S.A., con el propósito de mejorar las condiciones laborales y promover un ambiente de trabajo seguro y saludable.

Empresas Tamek S.A. es reconocida por su compromiso con la eficiencia y la excelencia en la gestión logística, desde el ingreso de la mercancía hasta su despacho final. Sin embargo, como en cualquier operación logística, existen riesgos inherentes que pueden afectar la seguridad y el bienestar de los trabajadores.

El objetivo principal de este estudio es identificar los riesgos laborales existentes en el CEDI de Empresas Tamek S.A. y proponer soluciones efectivas para mitigarlos. Para lograr este objetivo, se llevará a cabo un análisis exhaustivo de las condiciones de trabajo, incluyendo la infraestructura, los procesos, la maquinaria, el personal y los recursos económicos involucrados en las operaciones del centro de distribución.

En respuesta a estos hallazgos, se ha desarrollado un plan de acción integral para la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en el CEDI. Este plan incluye una serie de medidas preventivas diseñadas para mitigar los riesgos identificados, como la mejora de la señalización y la infraestructura, la implementación de procedimientos de almacenamiento seguros y la adquisición de equipos de protección personal adecuados.

La implementación de un sistema integral de seguridad y salud ocupacional en el CEDI no solo beneficiará la integridad física y mental de los trabajadores, sino que también contribuirá a optimizar la eficiencia operativa y aumentar la productividad de la empresa. Además, se espera establecer un estándar de excelencia en la gestión de

riesgos laborales que pueda servir como modelo para otras organizaciones del sector de distribución en Panamá.

En concordancia con las leyes y normativas vigentes en Panamá que regulan la seguridad y salud ocupacional, esta investigación se propone no solo identificar y abordar los riesgos laborales específicos en el CEDI de Empresas Tamek S.A., sino también establecer un enfoque proactivo para la gestión de la seguridad y salud ocupacional en el ámbito empresarial.

Se espera que la implementación exitosa de las medidas propuestas en esta investigación tenga un impacto significativo en la empresa y en los empleados del Centro de Distribución de Empresas Tamek S.A. En términos empresariales, se anticipa una reducción sustancial en la incidencia de accidentes laborales y enfermedades profesionales, lo que, a su vez, conducirá a una disminución en los costos asociados con lesiones y tiempo de inactividad. Además, se espera una mejora general en la eficiencia operativa del CEDI, gracias a la optimización de los procesos.

En resumen, esta investigación se presenta como una contribución significativa para mejorar las condiciones laborales y promover una cultura de seguridad en el Centro de Distribución de Empresas Tamek S.A., con el objetivo de proteger la integridad tanto de los trabajadores como de la empresa en su conjunto, y así garantizar un futuro laboral más seguro y saludable tanto para los trabajadores como para la empresa.

CAPÍTULO I

PROBLEMÁTICA A INVESTIGAR

1.1 Planteamiento del problema.

Las actividades que se realizan en el CEDI conllevan varios riesgos por lo cual es necesario desarrollar tareas de protección ya que un incidente puede generar consecuencias inmediatas.

En el centro de distribución de la empresa Tamek, S.A actualmente se carece de un sistema de seguridad y salud ocupacional, los focos de riesgos en el lugar están determinados por la infraestructura, los productos, equipos, Limpieza, orden y sobre todo el personal.

Las actividades que se realizan van desde la recepción hasta las distribuciones de la mercancía y entre las mismas se pueden determinar varios de los riesgos que pueden surgir en medio de estas funciones al igual que pueden ocurrir accidentes como lesiones por equipos, Fracturas de ligamentos, golpes leves entre otros. Por lo tanto, es de suma importancia la implementación de seguridad en las mismas al igual que las capacitaciones al personal y a los administrativos para que podamos determinar la importancia de las medidas de seguridad en la empresa lo cual nos otorga buenos márgenes de seguridad.

Otra de la problemática es la falta de señalización en las áreas operativas, como zonas de seguridad, rutas, puertas de evacuación, maquinarias entre otras.

El personal carece de equipo de protección personal como cascos, Botas de seguridad y chalecos lo cual es fundamental a la hora de realizar las actividades.

1.2 Formulación del problema.

¿Qué medidas podrían implementarse para establecer un sistema efectivo de seguridad y salud ocupacional en el centro de distribución de Tamek S.A.?

1.3 Objetivo de la investigación.

1.3.1 Objetivo general

Crear un sistema de seguridad y salud ocupacional que permita detectar y reducir los riesgos laborales en el centro de distribución, cumpliendo con las normativas legales de seguridad y salud ocupacional en Panamá.

1.3.2 Objetivos específicos

- Realizar un diagnóstico de las necesidades de Tamek S.A. en materia de seguridad y salud ocupacional.
- Desarrollar el diseño del plan de seguridad y salud ocupacional, contemplando su implementación futura.
- Examinar los aspectos legales relacionados con la seguridad y salud ocupacional en Panamá.
- Estimular la participación activa de los empleados en la adopción de prácticas seguras.

1.4 Justificación de la investigación.

La seguridad y salud ocupacional desempeñan un papel crucial en cualquier empresa, ya que no solo mejoran las condiciones laborales, sino que también optimizan el rendimiento del personal y la calidad de vida en el trabajo. Esta optimización, a su vez, fortalece la productividad y la sostenibilidad de la empresa a largo plazo. La investigación se realiza porque en el Centro de Distribución (CEDI) de Tamek S.A. actualmente no existe un sistema de seguridad y salud ocupacional implementado, lo que expone al personal a diversos riesgos durante sus labores, sin contar con medidas preventivas adecuadas. Esta situación tiene un impacto negativo en la empresa en su totalidad, afectando tanto el bienestar de los empleados como la eficiencia operativa del centro.

La necesidad de esta investigación surge de la urgencia de mitigar los riesgos laborales identificados y de establecer un entorno de trabajo seguro, que cumpla con las

normativas nacionales de seguridad y salud ocupacional. Además, la importancia de este proyecto radica en que no solo busca mejorar las condiciones laborales, sino también cumplir con las regulaciones vigentes en Panamá, evitando posibles sanciones y mejorando la imagen corporativa de Tamek S.A.

Se propone elaborar un plan para la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional en el CEDI, teniendo en cuenta los factores de riesgo presentes, sus causas y las acciones preventivas necesarias. Los aportes de esta investigación incluirán la creación de un sistema estructurado que permitirá la identificación y mitigación de riesgos, la reducción de accidentes y enfermedades laborales, así como la minimización de las pérdidas materiales y económicas.

Este plan beneficiará directamente a los empleados al proporcionar un entorno de trabajo más seguro y saludable, y también a la empresa, al mejorar la eficiencia operativa y reducir los costos asociados con accidentes y enfermedades. El impacto y relevancia de esta iniciativa se reflejarán en una mayor satisfacción y bienestar de los trabajadores. La utilidad práctica de este plan radica en su capacidad para proporcionar procedimientos claros y efectivos que garantizarán la seguridad y salud de los empleados en el centro de distribución, alineando a la empresa con las mejores prácticas y regulaciones en materia de seguridad laboral.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

El próximo capítulo se centrará en presentar los antecedentes de la investigación, así como en explorar las bases teóricas relacionadas con los procesos y actividades llevados a cabo en el centro de distribución de la empresa Tamek S.A. Además, se abordarán los lineamientos necesarios para la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en dicho centro.

2.1 Antecedentes de la investigación

La seguridad laboral ha sido una preocupación constante desde la antigüedad, donde el ser humano recurría a su instinto de conservación para protegerse de lesiones causadas por diversas actividades. Desde el año 400 a.C., Hipócrates recomendaba a los mineros el uso de baños higiénicos para prevenir la saturación de plomo, destacando la necesidad de medidas preventivas en el trabajo. Filósofos como Platón y Aristóteles también abordaron las deformaciones físicas que surgían debido a las condiciones laborales, lo que resalta la antigüedad de la preocupación por la salud ocupacional.

A lo largo de la historia, la comprensión de la seguridad laboral ha evolucionado, marcando hitos significativos como la creación de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) en 1919. Esta organización se estableció para abordar las inquietudes sobre la seguridad del trabajador y ha sido fundamental en la formulación de normas laborales que buscan mejorar las condiciones de trabajo a nivel mundial. En 2003, la OIT instituyó el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo, con el objetivo de promover la prevención de accidentes laborales y enfermedades profesionales, subrayando que "los entornos laborales deben ser seguros y sanos" (OIT, 2011).

La norma internacional **ISO 45001:2018** representa un avance crucial en la gestión de la seguridad y salud ocupacional, proporcionando un marco que permite a las organizaciones mejorar sus procesos y minimizar riesgos. Esta norma se basa en una estructura de alto nivel, aplicable a cualquier tipo de organización, independientemente

de su actividad, lo que la convierte en una herramienta versátil para promover el bienestar físico y mental de los trabajadores.

Un estudio reciente realizado por Vásconez Illapa y Tulcanaza Paredes (marzo de 2021) presenta una Propuesta de diseño de sistema de gestión de seguridad y salud ocupacional basado en la Norma ISO 45001:2018 para una empresa de logística y distribución de medicamentos ubicada en el sector Norte de Quito. Este trabajo subraya la importancia de implementar un sistema de gestión que no solo cumpla con las normativas, sino que también fomente un ambiente laboral seguro y saludable.

Según Azzi (2019), "además del costo económico, debemos reconocer el inconmensurable sufrimiento humano que causan las enfermedades y accidentes laborales. Estos son aún más trágicos porque en gran medida son prevenibles".

2.2 Marco Contextual Principio del formulario

2.2.1 Reseña de la empresa

Tamek, S.A (Super centro El Fuerte): Es una sociedad anónima constituida de acuerdo a las leyes de la República de Panamá e inicio sus operaciones comerciales al público el 10 de octubre del 2006.

Tamek, S. A Tiene como actividad económica principal realizar la operación de supermercado, almacén, ferretería, entre otros. Actualmente mantiene 5 locales (Hipermercado El Fuerte) ubicados en San Miguelito, Villa zaita, Westland, 24 de diciembre y Federal mall Chiriquí, ofreciendo Productos de calidad a muy bajos precios, asistiendo así al desarrollo socioeconómico del país.

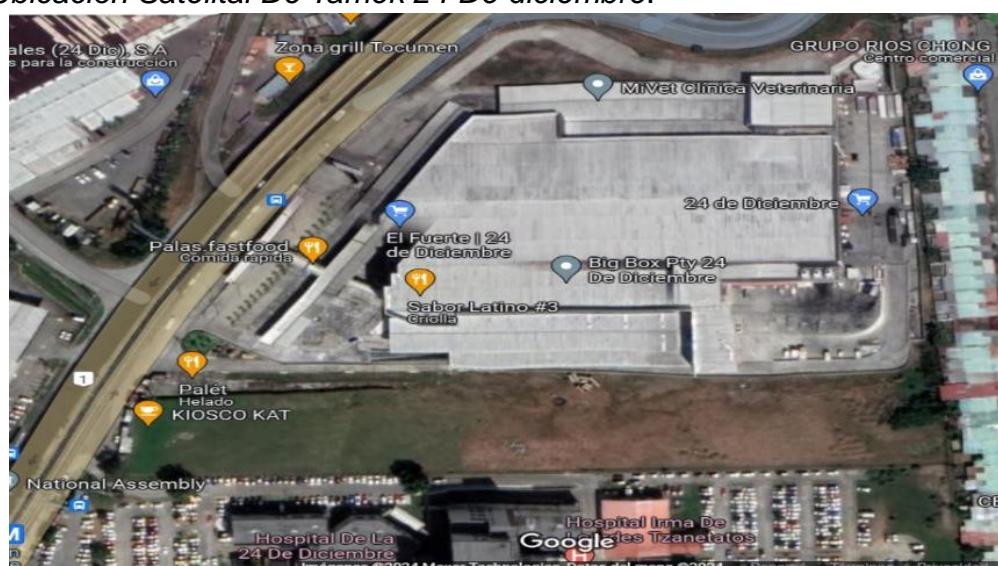
En el año 2020 abre sus puertas la sucursal del 24 de diciembre al igual que el centro de distribución del Fuerte el cual es el espacio destinado tanto para el almacenaje como el envío de productos e insumos a medida que estos son demandados por los clientes y así abastecer las 5 sucursales.

El centro de distribución cuenta con un total de 60 empleados, entre personal administrativo y operativo, que trabajan una jornada laboral de 8 horas de lunes a sábado.

2.2.2 Ubicación: El centro de distribución de la empresa Tamek s, a se encuentra ubicado en **Av. 4 A Sur 17, Panamá, Provincia de Panamá** a un costado del Hospital Irma De Lourdes Tzanetatos.

Figura 1

Ubicación Satelital De Tamek 24 De diciembre.



Nota: Fuente Google Maps (s.f.) CEDI Tamek (recuperado el 10 de octubre del 2024). <https://maps.app.goo.gl/qoYr1WPiGStJR4n8>

Figura 2

Centro de distribución.



Nota: Fuente Propia.

2.2.3 Flujograma de Proceso.

Para comprender mejor el funcionamiento del proceso del centro de distribución, se ha creado este flujograma que muestra de manera detallada cada paso a seguir desde la recepción hasta la distribución de la mercancía en la empresa.

Figura 3

Flujograma de Proceso.



Nota: Fuente propia.

Descripción del Flujograma:

- **Recepción de Documentos:** El proceso inicia con la recepción de los documentos relacionados con la carga que ha llegado en el contenedor o camión. Estos documentos contienen detalles esenciales como el tipo de mercancía, el proveedor, la cantidad y otros datos relevantes.
- **Descarga de la Mercancía:** Posterior a la recepción de los documentos, se procede con la descarga de la mercancía del contenedor. Dependiendo de cómo haya sido cargada, ya sea paletizada o a granel, un equipo liderado por el supervisor se encarga de llevar a cabo esta tarea.
- **Verificación de la Mercancía Recibida:** Durante esta etapa, el departamento de calidad lleva a cabo una inspección para verificar el buen estado de la mercancía, mientras que el chequeador de recibo se encarga de verificar la cantidad de los productos. Este proceso es esencial para garantizar la calidad y la exactitud de los productos recibidos, lo que contribuye a mantener la eficiencia del proceso.
- **Registro en el sistema de inventario:** Una vez que la mercancía ha sido verificada, se procede a registrarla en el sistema de inventario, actualizando las bases de datos con la información pertinente. Este paso resulta crucial para mantener un control preciso del inventario y simplificar la gestión de existencias.
- **Almacenamiento de la mercancía:** Después del registro, los operadores de montacargas se encargan de almacenar la mercancía en las ubicaciones designadas dentro del almacén. Esto garantiza la fácil localización de los productos cuando sea necesario.
- **Recepción de ordenes de distribución:** En esta etapa, el equipo de planificación recibe y procesa las órdenes de distribución. Este proceso implica la planificación y coordinación de los pedidos que deben prepararse y enviarse a las tiendas.
- **Proceso de Picking:** Durante esta fase, los trabajadores seleccionan los productos específicos necesarios para cumplir con las órdenes recibidas. El personal encargado utiliza sistemas de identificación y tecnología de punta para ubicar y seleccionar los artículos de manera eficiente.

- **Verificación de productos seleccionados:** Este paso es la verificación de los productos seleccionados. En esta fase, el equipo de despacho lleva a cabo una exhaustiva revisión para garantizar la exactitud y la integridad de los productos recogidos. Se verifica que los artículos seleccionados coincidan con las órdenes de distribución. Además, se verifica si la mercancía pertenece a la tienda indicada, asegurando así que los productos sean enviados correctamente a su destino final.
- **Preparación de pedidos:** En este punto el equipo de organización de pedidos lleva a cabo una meticulosa organización y agrupación de la mercancía de acuerdo con las órdenes de distribución. Cada artículo es clasificado y dispuesto en grupos coherentes según las especificaciones detalladas de las órdenes procesadas anteriormente.
- **Etiquetado de productos:** Después de completar la preparación para la distribución, se lleva a cabo el etiquetado de productos. Durante esta fase, se aplican etiquetas a cada artículo o paquete para identificar claramente su contenido, destino y otras informaciones relevantes.
- **Embalaje de productos:** Una vez que los pedidos están preparados y etiquetados, se lleva a cabo el proceso de embalaje que en este caso lo realizan manualmente un personal. Los productos se colocan cuidadosamente en los contenedores o cajas de envío adecuados. Se utilizan materiales de embalaje apropiados para garantizar la seguridad y protección de los productos durante el transporte.
- **Preparación para distribución:** Durante esta fase, se llevan a cabo diversas tareas que aseguran que los productos estén listos para ser enviados a sus destinos finales. Esto puede incluir la verificación final de la precisión de los pedidos, la asignación de rutas de entrega óptimas y la coordinación con los servicios de transporte para asegurar la entrega puntual.
- **Carga en camiones de transporte:** En esta etapa, el personal designado, equipado con herramientas de carga manual, carga los camiones correspondientes, asegurándose de respetar tanto el peso como el volumen indicado para cada carga.

- **Colocación de sellos y candado del camión:** Después de cargar los camiones, se procede a la colocación de sellos y candados como medida de seguridad adicional. Estos dispositivos se utilizan para asegurar que la carga permanezca intacta durante el transporte y para prevenir cualquier intento de manipulación no autorizada. Una vez colocados, los sellos y candados son inspeccionados y verificados para garantizar su adecuada fijación antes de que los camiones inicien su trayecto hacia su destino final.
- **Distribución de mercancía:** La distribución de mercancía consiste en el transporte de los pedidos desde el CEDI hasta los clientes. Este proceso debe ser eficiente y seguro para cumplir con los tiempos de entrega establecidos.
- **Seguimientos de entregas:** El seguimiento de entregas permite monitorear el estado y la ubicación de los pedidos en tránsito. Este proceso es fundamental para garantizar la entrega puntual y resolver cualquier incidencia durante el transporte.

2.3 Marco Legal

En Panamá existen varias leyes y regulaciones que respaldan la seguridad y salud ocupacional en el trabajo.

Algunas de las más relevantes Son:

➤ **Código de Trabajo:** El Código de Trabajo de Panamá establece los derechos y obligaciones de los empleadores y trabajadores, incluyendo disposiciones relacionadas con la seguridad y la salud en el trabajo. Este código aborda temas como las condiciones de trabajo, las horas de trabajo, las licencias por enfermedad y accidentes laborales, entre otros aspectos.

Las secciones donde se encuentran disposiciones específicas relacionadas con la seguridad y salud en el trabajo estipuladas en el código de trabajo son:

- **Libro I Título IV – Capítulo I y II De Los Derechos Y Obligaciones De Los Trabajadores Empleadores:** Esta sección establece las Normas de los trabajadores y empleados en donde se establecen las obligaciones de ambas partes en tema de seguridad e higiene laboral

- Libro II, Título I, capítulo 1 - De la Higiene y Seguridad en el Trabajo: Este capítulo aborda específicamente las disposiciones relacionadas con la higiene y la seguridad en el trabajo. Incluye regulaciones sobre las condiciones de seguridad y salud en los lugares de trabajo, la prevención de accidentes laborales y enfermedades profesionales, y las medidas para promover un ambiente de trabajo seguro.
 - Sección VII - De la Comisión de Higiene y Seguridad Industrial: Esta sección regula la creación y funcionamiento de la Comisión de Higiene y Seguridad Industrial en las empresas, cuya función es promover y supervisar el cumplimiento de las normas de seguridad y salud en el trabajo.
- Decreto de Gabinete No. 68 de 31 de marzo de 1970: Este artículo centraliza en la Caja de Seguro Social (CSS) el Seguro de Riesgos Profesionales. Entre los aspectos más importantes de este decreto tenemos:
- Faculta a la CSS para disponer que en una empresa se adopten medidas de prevención y asegura la aplicación de las normas del reglamento de Higiene y Seguridad en el Trabajo.
 - la CSS establecerá los servicios de prevención y la faculta para dictar la reglamentación necesaria.
 - faculta a la CSS para solicitar el concurso de otras autoridades para paralizar los trabajos, si fuera necesario.
 - Se definen los Riesgos Profesionales y a quienes cubre el seguro.
- Reglamento general de prevención de los riesgos profesionales y de seguridad e higiene en el trabajo, (Resolución N°45,588-2011-DJ). El presente reglamento rige en lo que respecta a la prevención de riesgos profesionales, para proteger la seguridad y la salud en el trabajo en todo el territorio nacional, en desarrollo del Decreto de Gabinete N.º 68 de 31 de marzo de 1970 sobre los Riesgos Profesionales, y en concordancia con lo dispuesto en el Código de Trabajo, la Ley N.º 51 de 27 de diciembre de 2005 y demás normas complementarias.

2.4 Definición De Los Términos Fundamentales En La Investigación.

Centro de distribución: Un centro de distribución es una instalación logística donde se almacenan productos antes de ser enviados a sus destinos finales. Es un punto clave en la cadena de suministro donde se reciben, se almacenan y se distribuyen productos a clientes, minoristas u otros centros de distribución. Los centros de distribución suelen gestionar inventarios, preparar pedidos y coordinar el transporte de mercancías.

La seguridad y salud ocupacional: La Seguridad y Salud en el Trabajo se define como la actividad orientada a crear las condiciones para que el trabajador pueda desarrollar su labor eficientemente y sin riesgos, evitando sucesos y daños que puedan afectar su salud o integridad, el patrimonio de la entidad y el medio ambiente.

Técnicas De Seguridad: La seguridad en el trabajo se clasifica de acuerdo con diferentes aspectos. Si consideramos los momentos en que se produce el accidente, se clasifican en: técnicas activas y técnicas reactivas.

Política de seguridad y salud ocupacional: Es el documento que recoge el compromiso de la Alta Dirección con el bienestar de los trabajadores y donde, a su vez, se fijan los objetivos que se esperan alcanzar con un programa de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Ambiente de Trabajo: Es el medio donde se desarrolla el trabajo, el cual está determinado por las condiciones térmicas, el ruido, la iluminación, las vibraciones y las radiaciones, así como por los contaminantes químicos y biológicos. El ambiente de trabajo adquiere relevancia porque en este se encuentran los contaminantes y por el tiempo que se permanece allí.

Evaluación de riesgos: Es el proceso por el cual se analiza la probabilidad de ocurrencia y posibles consecuencias del daño o del evento que surge como resultado de la exposición a determinados riesgos.

Plan de acción: un plan de acción puede ser diseñado para abordar y mejorar las condiciones de seguridad en el lugar de trabajo, así como para promover la salud y el bienestar de los trabajadores.

Implementación: Proceso de poner en práctica y hacer operativos los componentes del plan de seguridad y salud ocupacional.

Diagnósticos: Es el resultado de la investigación de las condiciones y el ambiente de trabajo, para identificar los riesgos con potencialidad de causar accidentes y enfermedades de trabajo, mediante el reconocimiento y evaluación.

Riesgos: Se refiere a la posibilidad de que ocurra un evento que pueda tener un impacto negativo en la salud, seguridad o bienestar de las personas, los activos o el medio ambiente.

Incidentes: Son eventos no planificados o no deseados que podrían haber resultado en un accidente, pero que, por fortuna, no causaron lesiones personales o daños graves.

Accidentes: Son sucesos no deseados e inesperados que resultan en lesiones personales, daños materiales, pérdida de tiempo o interrupción de actividades. Los accidentes pueden ser causados por una variedad de factores, como condiciones inseguras, actos inseguros, falta de capacitación, falta de precaución, entre otros.

Precaución: Se refiere a la acción de tomar medidas preventivas o de seguridad para evitar riesgos, accidentes o incidentes.

Lesión: Es cualquier daño físico o trauma que afecta el cuerpo de una persona. Las lesiones pueden variar en gravedad y pueden ser causadas por accidentes, exposición a sustancias peligrosas, esfuerzos repetitivos, caídas, golpes, entre otros.

Condiciones Ergonómicas: Son situaciones del ambiente laboral provocadas por el diseño incorrecto de la maquinaria o el equipo, que pudieran ocasionar fatiga, malestar, accidentes o enfermedades a los trabajadores.

CAPITULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Diseño de la investigación.

La investigación que se llevará a cabo tiene un enfoque Mixto, descriptivo y de campo, siendo este último de campo debido a que se realizará directamente en las instalaciones de Tamek S.A. Esta estrategia permitirá obtener un conocimiento más profundo de la información necesaria, garantizando una gestión más segura de los datos y estableciendo un control efectivo para analizar las necesidades y problemas en materia de seguridad y salud ocupacional. Es de tipo descriptiva, puesto que después de haber realizado la investigación de campo y recopilado los datos necesarios, se procederá a describir, registrar, analizar e interpretar la información obtenida durante el desarrollo de las actividades laborales. Además, se realizará un diagnóstico de las necesidades existentes en la empresa en materia de seguridad y salud ocupacional. Estas investigaciones mencionadas anteriormente serán fundamentales para abordar de manera efectiva los aspectos de seguridad y salud ocupacional en el centro de distribución de empresas Tamek S.A.

3.2 Población Y Muestra.

La población objeto de estudio está compuesta por 60 personas que laboran en distintas áreas del CEDI. El estudio se llevará a cabo con la totalidad de los trabajadores del CEDI, por lo que se puede afirmar que la muestra abarca a toda la población. Esto implica que todos los empleados, sin excepción, serán parte del estudio, lo que garantiza que la muestra refleje adecuadamente las características y la diversidad de la población de interés.

3.3 Técnicas E Instrumentos De Recolección De Datos.

Según, (Arias,2006), “las técnicas de recolección de datos son las distintas formas o maneras de obtener la información”. Son ejemplos de técnicas, la observación directa, la encuesta y la entrevista, el análisis documental, de contenido, entre otros. En cuanto a los instrumentos, el autor citado anteriormente afirma que: “son los medios materiales

que se emplean para recoger y almacenar la información” ejemplo de ellos son: formatos de cuestionarios y guías de entrevistas.

Para recaudar la información necesaria en esta investigación se utilizarán las siguientes técnicas.

3.3.1 Fuentes Primarias. Las fuentes primarias analizadas se efectuarán por medio de observación directa, entrevista, encuestas.

➤ Observación Directa: En el transcurso de este proyecto, la técnica central consistirá en la observación directa de las actividades de los trabajadores y las condiciones laborales. Esto se llevará a cabo mediante recorridos por las diferentes áreas del Centro de Distribución (CEDI), complementando de esta manera la información recopilada.

➤ Entrevista: Se empleará esta fuente de recolección de datos para obtener información verbal específica durante el diagnóstico de la situación actual de la empresa en cuanto a seguridad. Esto se llevará a cabo mediante conversaciones directas con los trabajadores, con el fin de aclarar dudas, abordar situaciones problemáticas y resolver dificultades que puedan surgir.

➤ Encuestas: Se optará por la implementación de esta técnica breve y específica con el propósito de recabar datos cuantitativos sobre aspectos particulares del entorno laboral, incluyendo el trabajo realizado, la satisfacción laboral y la percepción del clima organizacional dentro del CEDI. Se ha prestado especial atención al diseño de las preguntas, las cuales han sido formuladas de manera clara y comprensible, buscando facilitar la participación de los individuos y garantizar respuestas precisas y exactas. Esta estrategia no solo permitirá obtener información detallada sobre las áreas clave de interés, sino que también promoverá una mayor colaboración por parte de los trabajadores, fomentando así la transparencia y el compromiso en el proceso de recolección de datos.

3.3.2 Fuentes secundarias. Dentro de las fuentes secundarias se analizará información de Internet, Folletos.

CAPITULO IV

ANALISIS DE LOS RESULTADOS

Los resultados obtenidos a partir de las entrevistas y cuestionarios aplicados a los trabajadores operacionales del CEDI revelan una serie de factores clave relacionados con los riesgos laborales y las condiciones de seguridad

La encuesta fue respondida por un total de 60 personas que laboran en el centro de distribución de la empresa Tamek S.A., lo que proporciona una muestra representativa para analizar los riesgos laborales y las condiciones de seguridad

A continuación, se presenta un análisis de la muestra y del cuestionario diseñado para la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional.

4.1 Análisis de la Muestra.

El análisis de la muestra es el proceso mediante el cual se examina y describe a los participantes seleccionados para un estudio o investigación. La muestra es un subconjunto de una población más amplia, y su análisis se enfoca en identificar las características demográficas, profesionales o contextuales de los individuos que forman parte del estudio. Este análisis incluye aspectos como la cantidad de participantes, su distribución por edad, género, puesto de trabajo, nivel de experiencia, entre otros factores que puedan ser relevantes según el tipo de investigación.

El objetivo principal del análisis de la muestra es garantizar que esta sea representativa de la población total a la que se desea aplicar los resultados del estudio.

En esta investigación la muestra representa una sección significativa de la fuerza laboral de la empresa, lo que permite obtener una visión detallada de las percepciones y necesidades en materia de seguridad y salud ocupacional.

En este punto la encuesta fue distribuida a la muestra, cuyos resultados aparecen en el siguiente orden:

Datos de los resultados sociodemográfico:

Distribución de la muestra según rango de edades de los trabajadores encuestados en la empresa Tamek s.a.

Tabla 1

Edad.

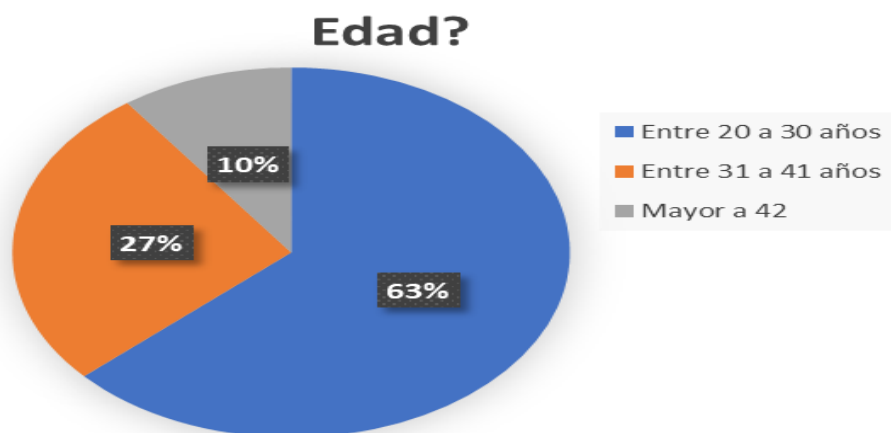
Criterios	Cantidad	Porcentaje
Entre 20 a 30 años	38	63%
Entre 31 a 41 años	16	27%
Mayor a 42	6	10%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

La mayoría de los participantes se encuentran en el grupo de edad de 20 a 30 años, representando el 63% del total. Le sigue el grupo de 31 a 41 años, que comprende el 27% de los encuestados. Por último, el 10% de los encuestados tiene 42 años o más. Estos datos reflejan una predominancia notable de empleados jóvenes en el centro de distribución, con una presencia equilibrada en grupos de edad mayores.

Figura 4

Distribución de edades del personal en la empresa.



Nota: Fuente elaboración del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según tiempo laborado en la empresa.

Tabla 2

¿Tiempo que labora en la empresa?

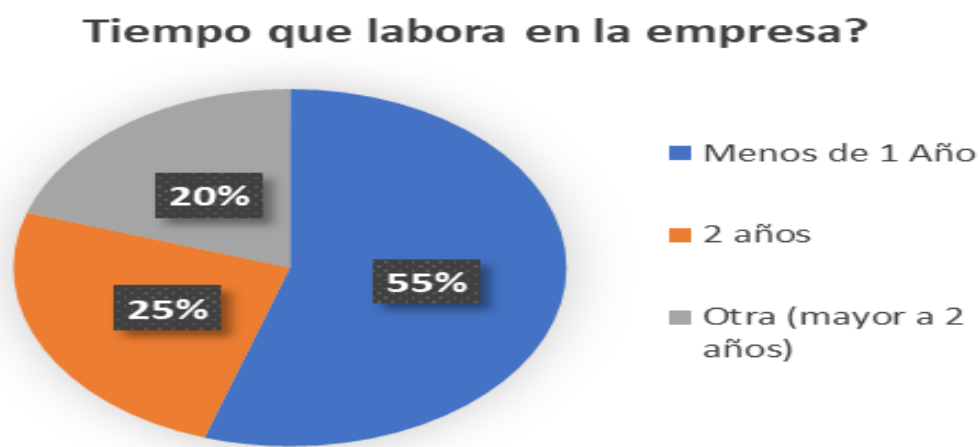
Criterios	Cantidad	Porcentaje
Menos de 1 Año	33	55%
2 años	15	25%
Otra (mayor a 2 años)	12	20%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor, resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Según los datos proporcionados, se puede observar la distribución de la antigüedad laboral de los encuestados de la siguiente manera: la mayoría de los encuestados (55%) tienen menos de 1 año de experiencia en la empresa. Un 25% reporta una antigüedad de 2 años, mientras que el 20% restante tiene más de 2 años de experiencia, aunque no especifica un número exacto. Esta información resalta la predominancia de empleados relativamente nuevos y sugiere una distribución variada en términos de la trayectoria laboral dentro de la organización.

Figura 5

Distribución del tiempo de laborar en la empresa.



Nota: Fuente elaboración del autor. Encuesta realizada en Google form.

Resultado de datos específicos.

Distribución de la muestra según ¿En qué medida cree que la empresa ha priorizado la seguridad y salud ocupacional en sus operaciones?

ÍTEM No. 1

Tabla 3

¿En qué medida cree que la empresa ha priorizado la seguridad y salud ocupacional en sus operaciones?

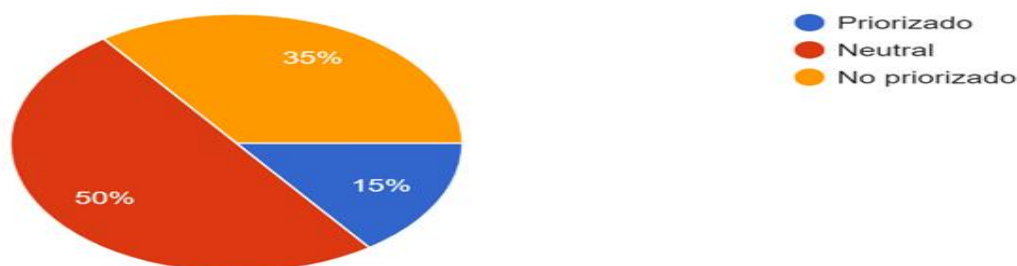
Crterios	Cantidad	Porcentaje
Priorizado	9	15%
Neutral	30	50%
No Priorizado	21	35%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor, resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Los datos recopilados revelan percepciones variadas entre los empleados respecto a cómo la empresa ha priorizado la seguridad y salud ocupacional en sus operaciones. Un 15% de los encuestados considera que la empresa ha priorizado estas áreas, mientras que un 50% se muestra neutral al respecto. Por otro lado, el 35% de los encuestados cree que la empresa no ha priorizado adecuadamente la seguridad y salud ocupacional. Estos resultados subrayan la necesidad de evaluar las políticas existentes y posiblemente implementar mejoras.

Figura 6

Descripción de la percepción del personal sobre la priorización de la seguridad y salud en las operaciones de la empresa.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario

Distribución de la muestra según. ¿Se le ha entregado capacitación sobre el uso adecuado del equipo de protección personal y las medidas de seguridad en su área de trabajo?

ÍTEM No.2

Tabla 4

¿Considera usted importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek S.A.?

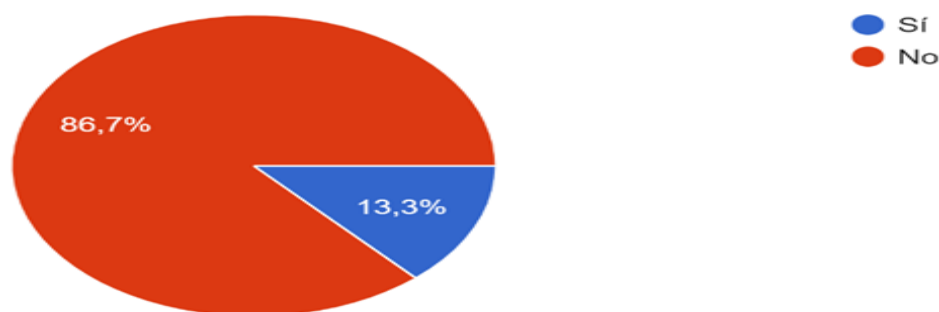
Crterios	Cantidad	Porcentaje
SI	8	13.3%
NO	52	86.7%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Según los datos proporcionados, el 86.7% de los encuestados respondió que no han recibido capacitación sobre el uso adecuado del equipo de protección personal y las medidas de seguridad en su área de trabajo, mientras que el 13.3% afirmó haber recibido esta capacitación. Estos resultados sugieren una necesidad urgente de implementar programas efectivos de capacitación en seguridad laboral.

Figura 7

Distribución de Respuestas sobre la Entrega de Capacitación en el Uso de equipo de protección personal.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según. ¿Considera usted importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek S.A.?

ITEM No.3

Tabla 5

¿Considera usted importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek?

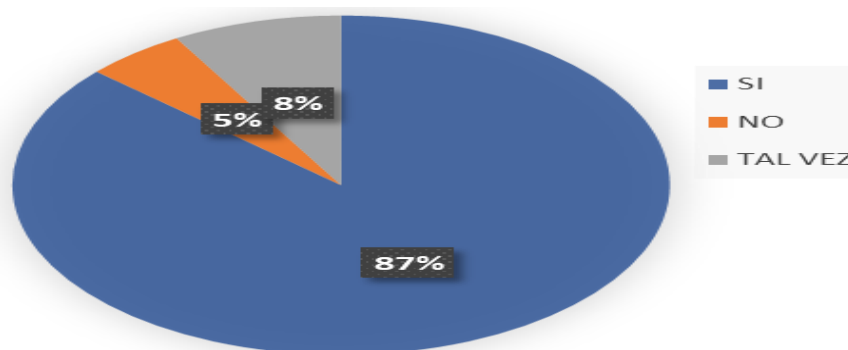
Crterios	Cantidad	Porcentaje
SI	52	87%
NO	3	5%
TAL VEZ	5	8%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Basándonos en los resultados de la encuesta, se observa que una gran mayoría de los encuestados, el 87%, considera importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek S.A. Por otro lado, un pequeño porcentaje, el 5%, manifestó no ver esta implementación como importante, mientras que el 8% restante mostró indecisión al respecto. Estos datos reflejan un fuerte reconocimiento de la importancia de mejorar las prácticas de seguridad y salud en el entorno laboral.

Figura 8

Descripción de la percepción del personal sobre la Importancia de Implementar Seguridad y Salud Ocupacional en la Empresa.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según ¿Ha reportado alguna vez un accidente o incidente de trabajo en la empresa?

ÍTEM No.4

Tabla 6

¿Ha reportado alguna vez un accidente o incidente de trabajo en la empresa?

Crterios	Cantidad	Porcentaje
SI	17	28%
NO	34	57%
NO LO RECUERDA	9	15%
% Total	60	100%

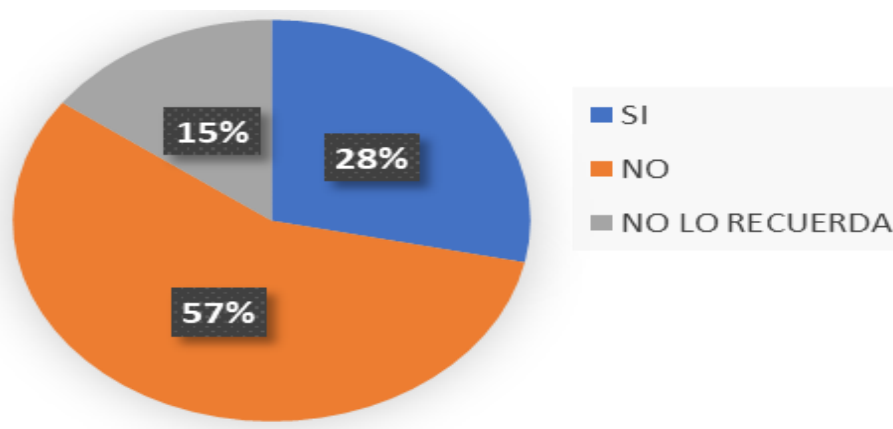
Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

De acuerdo con los datos recopilados, se observa que una parte significativa de los encuestados ha reportado alguna vez un accidente o incidente de trabajo en la empresa. En detalle, el 28% de los participantes indicó haber reportado un evento adverso, mientras que el 57% afirmó no haberlo hecho. Además, un 15% de los encuestados manifestó no recordar haber reportado algún accidente o incidente laboral.

Estos resultados sugieren que la baja frecuencia de reportes podría indicar una menor incidencia de accidentes en el entorno laboral.

Figura 9

Descripción sobre reportes de accidentes o incidentes en el lugar de trabajo por parte del personal.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según ¿Ha participado en algún simulacro de emergencia en su lugar de trabajo?

ÍTEM No.5

Tabla 7

¿Ha participado en algún simulacro de emergencia en su lugar de trabajo?

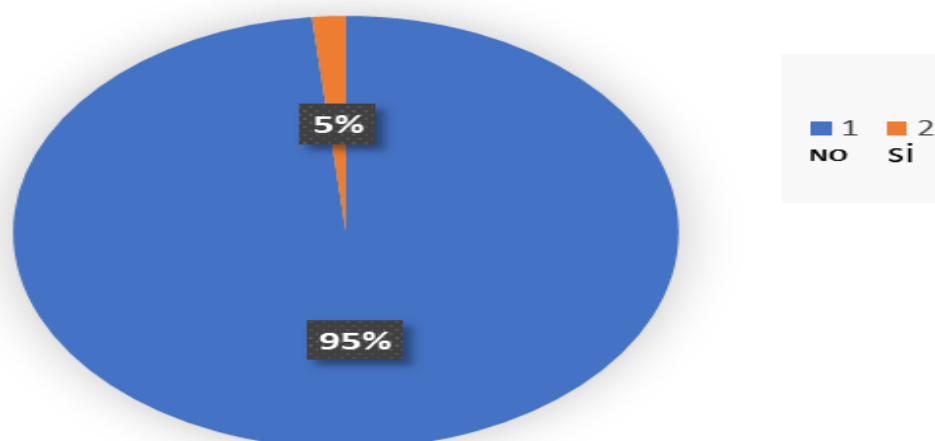
Crterios	Cantidad	Porcentaje
SI	3	5.0%
NO	57	95.0%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Según los datos proporcionados, el 5.0% de los encuestados ha participado en algún simulacro de emergencia en su lugar de trabajo, mientras que el 95.0% indicó no haberlo hecho.

Figura 10

Descripción sobre posible participación en simulacros de emergencia.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según. ¿Ha presenciado alguna vez prácticas laborales inseguras en su lugar de trabajo?

ÍTEM No.6

Tabla 8

¿Ha presenciado alguna vez prácticas laborales inseguras en su lugar de trabajo?

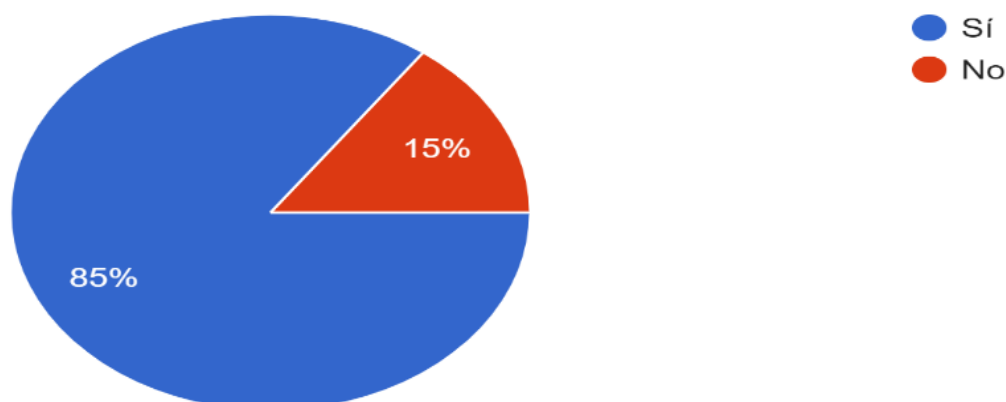
Criterios	Cantidad	Porcentaje
SI	51	85.0%
NO	9	15.0%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Basado en los datos proporcionados, el 85.0% de los encuestados ha presenciado prácticas laborales inseguras en su lugar de trabajo, mientras que el 15.0% indicó no haberlas presenciado.

Figura 11

Descripción de los encuestados que han presenciado o no prácticas laborales inseguras en su área de trabajo.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según. ¿Sabe cómo actuar en caso de una emergencia en el entorno laboral (incendio, evacuación, etc.)?

ÍTEM No.7

Tabla 9

¿Sabe cómo actuar en caso de una emergencia en el entorno laboral (incendio, evacuación, etc.)?

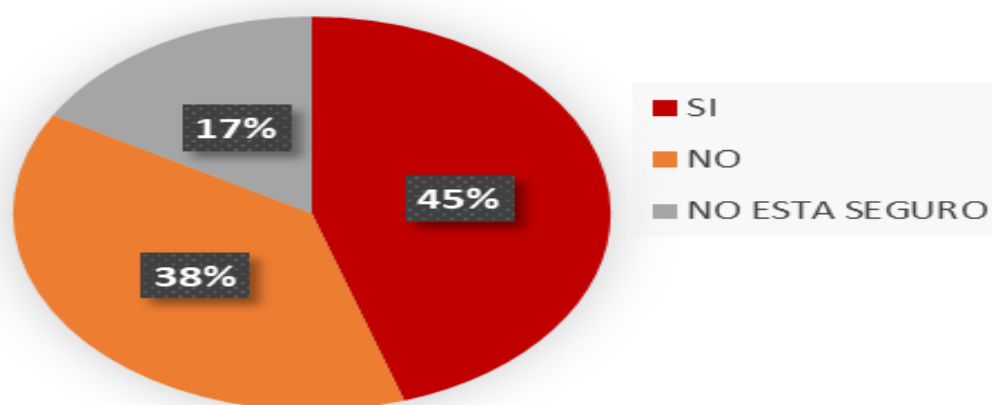
Criterios	Cantidad	Porcentaje
SI	27	45%
NO	23	38%
NO ESTA SEGURO	10	17%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Según los datos proporcionados, el 45% de los encuestados afirmó conocer cómo actuar en caso de una emergencia en el entorno laboral, mientras que el 38% indicó no tener conocimiento sobre cómo proceder. Además, el 17% restante respondió estar inseguro acerca de cómo actuar en caso de emergencia.

Figura 12

Descripción Conocimiento del Personal sobre Procedimientos de Emergencia.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según. ¿Qué tipo de capacitación te gustaría recibir para mejorar la seguridad y salud ocupacional en tu puesto de trabajo?

ÍTEM No.8

Tabla 10

¿Qué tipo de capacitación te gustaría recibir para mejorar la seguridad y salud ocupacional en tu puesto de trabajo?

Criterios	Cantidad	Porcentaje
Uso de equipo de protección personal	7	11.7%
Entrenamiento sobre procedimientos de emergencia	10	16.7%
Información sobre riesgos específicos del lugar de trabajo	6	10.0%
Todas las anteriores	37	61.7%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Basado en los datos proporcionados, los empleados expresan preferencias claras sobre el tipo de capacitación que les gustaría recibir para mejorar la seguridad y salud ocupacional en su puesto de trabajo. Un 11.7% está interesado en capacitación sobre el uso de equipo de protección personal, mientras que un 16.7% desea entrenamiento en procedimientos de emergencia. Por otro lado, un 10.0% busca información sobre riesgos específicos del lugar de trabajo. La mayoría abrumadora, el 61.7%, indica que les gustaría recibir capacitación en todas las áreas mencionadas.

Figura 13

Descripción de Preferencias de Capacitación Deseadas por los Encuestados para Mejorar la Seguridad y Salud Ocupacional en su Puesto de Trabajo.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según. ¿Qué medidas específicas crees que deberían implementarse para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?

ÍTEM No.9

Tabla 11

¿Qué medidas específicas crees que deberían implementarse para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?

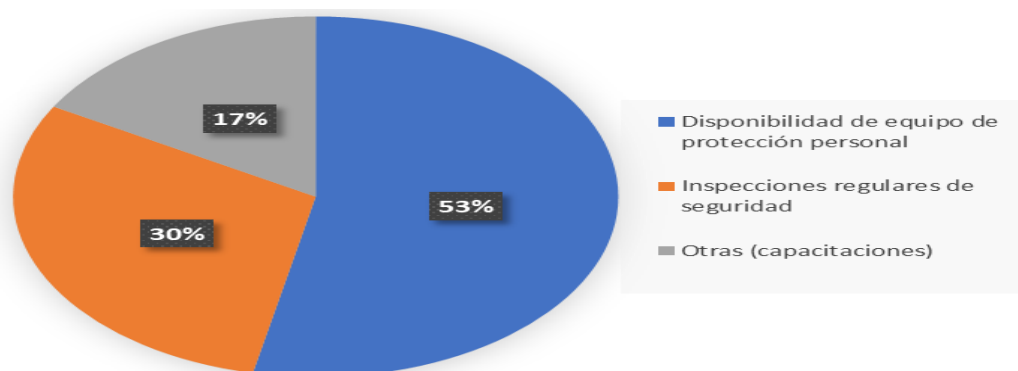
Crterios	Cantidad	Porcentaje
Disponibilidad de equipo de protección personal	32	53%
Inspecciones regulares de seguridad	18	30%
Otras (capacitaciones)	10	17%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

El 53% menciona la disponibilidad de equipo de protección personal como una prioridad, seguido por un 30% que considera importantes las inspecciones regulares de seguridad. Un 17% mencionó otras medidas, principalmente capacitaciones adicionales. Estos resultados destacan la importancia de garantizar recursos adecuados y procedimientos de control para promover un entorno laboral seguro y saludable.

Figura 14

Descripción de Medidas Priorizadas por los Encuestados para Promover un Entorno Seguro.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según. ¿Qué tan dispuesto/a estás a participar activamente en iniciativas para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?

ÍTEM No.10

Tabla 12

¿Qué tan dispuesto/a estás a participar activamente en iniciativas para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa

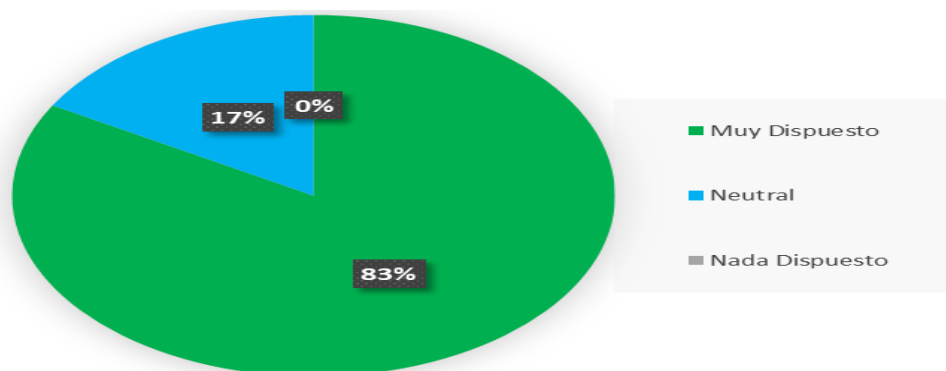
Criterios	Cantidad	Porcentaje
Muy Dispuesto	50	83%
Neutral	10	17%
Nada Dispuesto	0	0%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Conforme la información recopilada, se destaca la disposición de los encuestados a participar activamente en iniciativas para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa. El 83% indicó estar "Muy Dispuesto/a", mientras que el 17% restante se mostró "Neutral". No se registraron respuestas indicando falta de disposición. Estos resultados muestran un fuerte compromiso generalizado hacia la mejora de las condiciones de seguridad y salud en el entorno laboral.

Figura 15

Descripción de la disposición del personal para mejorar la seguridad y salud en la empresa.



Nota: Fuente elaboración propia del autor. Encuesta realizada vía formulario de Google Form.

Distribución de la muestra según. ¿Qué impacto positivo esperas ver en el ambiente laboral de la empresa con la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional?

ÍTEM No.11

Tabla 13

¿Qué impacto positivo esperas ver en el ambiente laboral de la empresa con la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional?

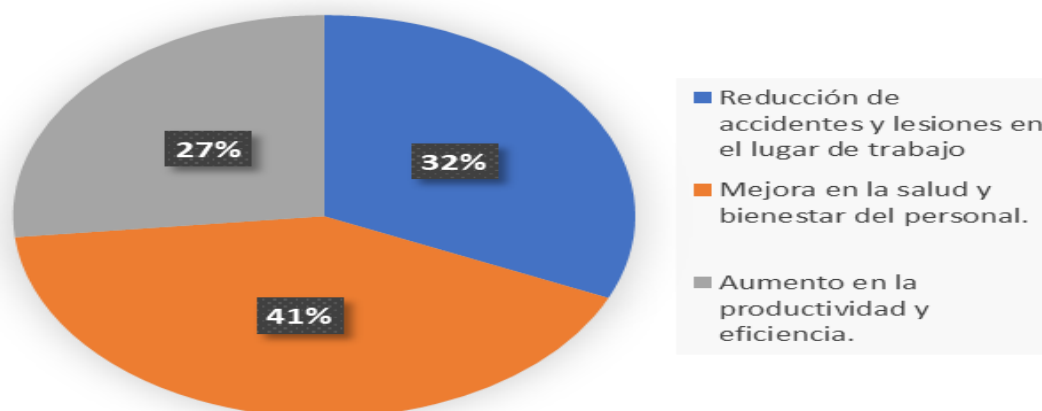
Criterios	Cantidad	Porcentaje
Reducción de accidentes y lesiones en el lugar de trabajo	19	32%
Mejora en la salud y bienestar del personal.	25	42%
Aumento en la productividad y eficiencia.	16	27%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Según la información obtenida Un 32% de los encuestados espera una reducción de accidentes y lesiones en el lugar de trabajo, mientras que un 42% anticipa una mejora en la salud y bienestar del personal. Además, un 27% menciona un aumento en la productividad y eficiencia como resultado esperado.

Figura 16

Descripción del Impacto esperado de la Implementación de Seguridad y Salud Ocupacional según los Encuestados.



Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Distribución de la muestra según. ¿Cómo preferirías recibir información y capacitaciones sobre seguridad y salud ocupacional en la empresa?

ÍTEM No.12

Tabla 14

¿Cómo preferirías recibir información y capacitaciones sobre seguridad y salud ocupacional en la empresa?

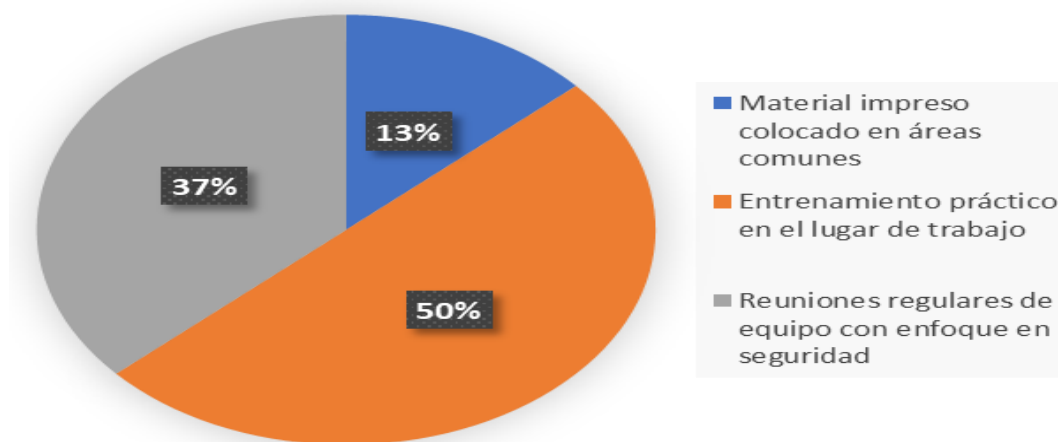
Criterios	Cantidad	Porcentaje
Material impreso colocado en áreas comunes	8	13%
Entrenamiento práctico en el lugar de trabajo	30	50%
Reuniones regulares de equipo con enfoque en seguridad	22	37%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Según la preferencia de los encuestados, la mayoría (50%) prefiere recibir entrenamiento práctico en el lugar de trabajo para aprender sobre seguridad y salud ocupacional. Además, un 37% opta por reuniones regulares de equipo enfocadas en seguridad, mientras que un 13% prefiere obtener información a través de material impreso colocado en áreas comunes.

Figura 17

Descripción de preferencias de como desean recibir información sobre temas de seguridad y salud ocupacional.



Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Distribución de la muestra según. ¿Estaría de acuerdo en la implementación de seguridad y salud ocupacional en la empresa?

ÍTEM No.13

Tabla 15

¿Estaría de acuerdo en la implementación de seguridad y salud ocupacional en la empresa?

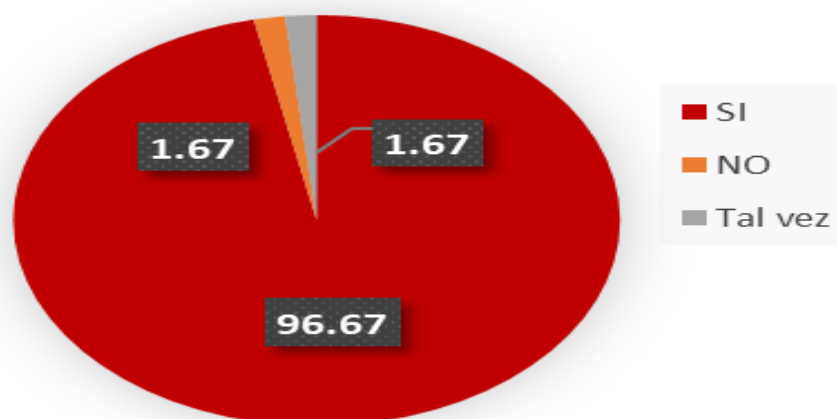
Criterios	Cantidad	Porcentaje
SI	58	96.67%
NO	1	1.67%
Tal vez	1	1.67%
% Total	60	100%

Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

Basado en los resultados de la encuesta, el 96.67% de los encuestados estaría de acuerdo con la implementación de seguridad y salud ocupacional en la empresa. Solo el 1.67% indicó estar en desacuerdo, mientras que otro 1.67% manifestó estar indeciso al respecto.

Figura 18

Descripción del nivel de aceptación de los encuestados respecto a la implementación de seguridad ocupacional en la empresa.



Nota: Fuente elaboración del autor. Resultados obtenidos de la encuesta realizada vía formulario de Google form.

CAPITULO V

CONCLUSIONES

Al momento de realizar la encuesta a los colaboradores de la empresa, se buscaba conocer sus opiniones con relación a los temas de seguridad y salud en el lugar de trabajo, así como identificar áreas de mejora. El objetivo principal de esta encuesta era recabar información valiosa que permitiera la implementación efectiva de medidas de seguridad ocupacional en la empresa. A través de 15 preguntas cuidadosamente diseñadas, se pretendía obtener una comprensión profunda de las percepciones y experiencias de los empleados en cuanto a las prácticas actuales de seguridad y salud, y así poder formular estrategias que incrementen el bienestar y la protección de todos los colaboradores. La recopilación y el análisis de estos datos son fundamentales para desarrollar un entorno laboral más seguro y saludable, alineado con los estándares de seguridad ocupacional.

En cuanto a la edad pudimos notar que la empresa cuenta con un personal predominantemente joven, en su mayoría en el rango de edad de 20 a 30 años. Esta característica demográfica presenta una excelente oportunidad para implementar un sistema de seguridad y salud ocupacional. La juventud de los colaboradores sugiere una mayor receptividad a la capacitación y adopción de nuevas prácticas, lo cual facilitaría la integración de medidas de seguridad efectivas y sostenibles.

Con respecto al tiempo que los empleados llevan laborando en la empresa, se pudo concluir que la mayoría del personal tiene menos de un año en sus puestos. Este dato indica una alta rotación de personal, lo cual sugiere la necesidad de evaluar y posiblemente mejorar las estrategias de retención de empleados.

En relación con la priorización de la seguridad y salud ocupacional, el 50% de los empleados se siente neutral y el 35% considera que estas áreas no están suficientemente priorizadas. Esto sugiere que existen oportunidades para mejorar la percepción y efectividad de las iniciativas de seguridad y salud en la empresa.

Con respecto a si el personal ha recibido capacitación sobre equipos de protección personal, la mayoría, un 86.7%, no ha recibido formación sobre el uso de estos equipos y las medidas de seguridad en el trabajo. Solo una minoría del 13.3% ha recibido dicha capacitación. Esto evidencia una necesidad urgente de mejorar la gestión de la seguridad y la capacitación en la empresa para asegurar que todos los empleados estén adecuadamente preparados.

En cuanto a si se considera importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek S.A., el 87% del personal cree que sí, el 5% no lo considera importante y el 8% tiene dudas al respecto. Esto indica un fuerte consenso sobre la necesidad de establecer dicho sistema en la empresa.

En respuesta a si han reportado alguna vez un accidente o incidente de trabajo en la empresa, el 28% del personal respondió que sí, el 57% indicó que no, y el 15% no lo recuerda. Estos datos sugieren que existe una proporción significativa de empleados que no han reportado incidentes, posiblemente debido a una falta de conciencia sobre la importancia del reporte.

Referente a la pregunta sobre si han participado en algún simulacro de emergencia en su lugar de trabajo, solo el 5% del personal respondió afirmativamente, mientras que el 95% indicó que no ha participado en ningún simulacro. Esta baja participación sugiere una posible falta de práctica y preparación en situaciones de emergencia dentro del lugar de trabajo.

En función de la pregunta sobre la presencia de prácticas laborales inseguras en su lugar de trabajo, el 85% del personal ha identificado estas prácticas. Este dato resalta la importancia de implementar medidas proactivas para mejorar la seguridad laboral. Al abordar estas observaciones de manera efectiva, la empresa puede fortalecer su cultura de seguridad, reducir riesgos potenciales.

En lo que respecta a la pregunta sobre si el personal sabe cómo actuar en caso de una emergencia laboral, el 45% afirmó estar preparado, pero el 38% no está seguro y el 17% expresó dudas. Estos resultados destacan la oportunidad de mejorar la formación

en seguridad y los protocolos de emergencia en la empresa. Reforzar la capacitación y comunicar claramente los procedimientos puede aumentar la confianza y preparación del personal, asegurando un entorno laboral más seguro y preparado para enfrentar cualquier eventualidad.

Sobre la pregunta acerca del tipo de capacitación que les gustaría recibir para mejorar la seguridad y salud en el puesto de trabajo, la mayoría de los empleados (61.7%) han expresado interés en recibir una formación integral que incluya el uso de equipos de protección personal, entrenamiento en procedimientos de emergencia y conocimiento de riesgos específicos en sus áreas de trabajo. Estas preferencias subrayan la necesidad de una capacitación completa y específica para fortalecer la preparación del personal frente a posibles riesgos laborales, garantizando así un entorno de trabajo seguro y bien gestionado.

Con respecto a la pregunta sobre qué medidas específicas deberían implementarse para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa, los datos revelan que el 53% de los empleados considera fundamental la disponibilidad de equipo de protección personal. Además, un 30% aboga por la realización de inspecciones regulares de seguridad. Un 17% restante sugiere otras medidas, como capacitaciones adicionales. Estas respuestas subrayan la importancia de garantizar recursos adecuados y procedimientos efectivos para mantener un entorno laboral seguro y saludable.

En relación a la disposición de los empleados para participar activamente en iniciativas de mejora de la seguridad y salud ocupacional en la empresa, los datos muestran que un impresionante 83% está muy dispuesto a colaborar. Estos resultados reflejan un alto grado de compromiso y apoyo hacia la promoción de un ambiente laboral más seguro y saludable.

Referente al impacto positivo esperado en el ambiente laboral de la empresa con la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional, los datos muestran que el 32% espera una reducción de accidentes y lesiones, el 42% anticipa una mejora en la salud y bienestar, y el 27% prevé un aumento en la productividad y eficiencia. Estas

expectativas reflejan las diversas formas en que estas medidas pueden beneficiar significativamente el entorno laboral.

En relación a cómo preferirías recibir información y capacitaciones sobre seguridad y salud ocupacional en la empresa, la mayoría (50%) prefiere entrenamiento práctico en el lugar de trabajo, seguido por el 37% que opta por reuniones generales de equipo enfocadas en seguridad. Solo un 13% prefiere material impreso en áreas comunes. Estos datos indican una clara preferencia por métodos prácticos y participativos para aprender sobre seguridad en el trabajo.

En cuanto a la pregunta sobre la implementación de seguridad y salud ocupacional en la empresa, la mayoría, un 96.67%, está de acuerdo. Un pequeño porcentaje, 1.67%, no está de acuerdo, y otro 1.67% se muestra indeciso. Estos resultados indican un amplio respaldo hacia la mejora de las condiciones de seguridad laboral dentro de la organización, con una minoría que muestra dudas o desacuerdo.

La mayoría de los empleados muestran una alta conciencia sobre la importancia de la seguridad ocupacional, como se refleja en la disposición del 96.67% a favor de la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional.

El objetivo de las preguntas dirigidas al personal del centro de distribución es el de obtener una comprensión profunda de las percepciones, actitudes y necesidades del equipo respecto a la implementación de un sistema de seguridad ocupacional.

En conjunto, estos hallazgos proporcionan una base sólida para el desarrollo de la investigación y la propuesta de implementación de un sistema de seguridad ocupacional en el centro de distribución. Las conclusiones muestran un apoyo mayoritario hacia medidas que fortalezcan la seguridad y salud ocupacional, al tiempo que identifican áreas específicas donde se puede mejorar la preparación y concienciación del personal. Implementar estas medidas no solo promoverá un entorno laboral más seguro, sino que también contribuirá a un aumento en la eficiencia operativa y el bienestar general de los empleados.

CAPITULO VI

DIAGNÓSTICO DE RIESGOS Y CONDICIONES ACTUALES

Actualmente, el centro de distribución de Tamek S.A carece de un plan integral de seguridad y salud ocupacional, lo cual representa una preocupación significativa para el bienestar de los trabajadores. En el transcurso de inspecciones exhaustivas realizadas en diversas áreas del Centro de Distribución (CEDI), se han detectado una variedad de riesgos potenciales que podrían comprometer tanto la seguridad como la salud de nuestro equipo de colaboradores.

Además de las inspecciones detalladas en las diferentes secciones del CEDI, se ha llevado a cabo un análisis minucioso de todos los procesos involucrados en el flujo de productos, desde la recepción hasta la distribución final. Este examen meticuloso ha revelado la presencia de riesgos en cada etapa del proceso, abarcando desde posibles peligros físicos y químicos hasta preocupaciones ergonómicas y de manipulación de carga. Es evidente que es fundamental implementar medidas proactivas para abordar estos riesgos y salvaguardar la integridad física y el bienestar general de nuestros empleados.

6.1 Identificación De Riesgos Específicos En El Centro De Distribución

6.1.1 Zona de Carga y Descarga: Actualmente el CEDI cuenta con 10 puertas para la carga y descarga de mercancía las cuales están divididas de la siguiente forma:

Puerta 1 a 7. Es las que se utilizan para despacho de mercancía

Puerta 8 a 10. Se tiene destinada para el recibo, ya sea de proveedores o contenedores de la casa.

Cabe mencionar que en caso de alta demanda en recibo de la mercancía se pueden utilizar puertas de despacho o viceversa.

En la inspección realizada en la zona de Carga y Descarga se pueden identificar los siguientes:

➤ Goteras y filtración de Losa: Puerta 1,2 y 3: en las mismas caen goteras de la losa provocando que el piso este mojado lo cual se identifica como riesgo entre los cuales se incluyen:

- Riesgos de resbalones y caídas: El piso mojado en esta área aumenta el riesgo de resbalones y caídas lo cual puede provocar lesiones como Fracturas, esguinces o contusiones.
- Accidentes con equipos de carga: Al tener los pisos mojados o con acumulación de agua se puede presentar un gran riesgo, ya que limita el manejo seguro de los equipos provocando vuelcos, choques, colisiones o daños en la carga.
- Lesiones Por movimientos bruscos: Los colaboradores pueden realizar movimientos bruscos al intentar evitar resbalones lo cual puede provocar lesiones musculares o articulares.

Figura 19

Acumulación de agua en zona de carga y descarga.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 20

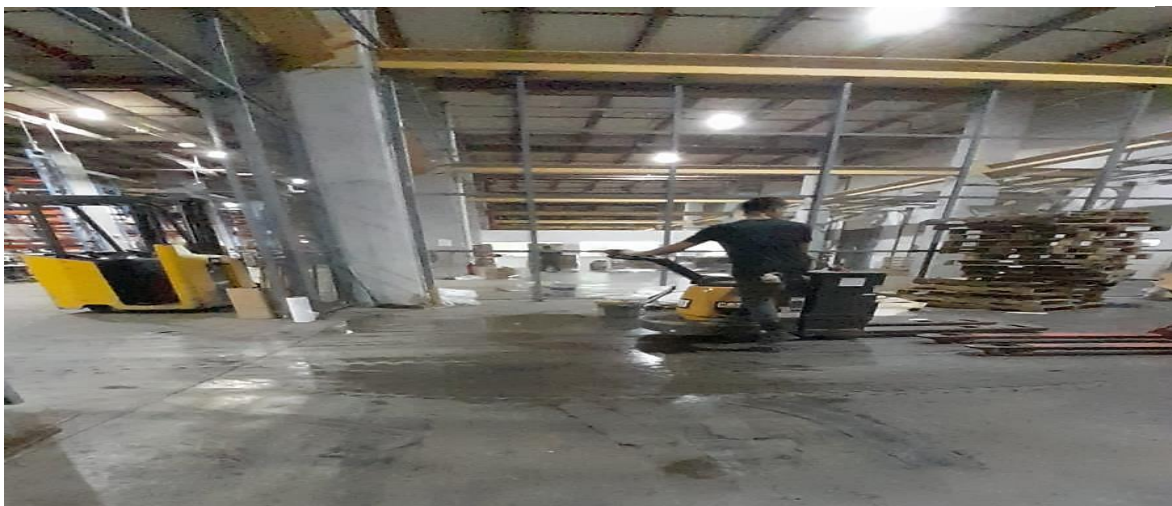
Cubos y canastas para goteras que obstaculizan el proceso. Fuente Propia del autor.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 21

Manejo inseguro de equipo de carga.



Nota: Fuente Propia del autor.

6.1.2 Pasillos: En los pasillos del centro de distribución se pudieron observar varios riesgos potenciales entre los que se pueden mencionar:

➤ **Pasillos obstruidos:** Se detectaron múltiples pasillos bloqueados por cajas, pallets dañados, papel film enrollado y cartones. Esta situación dificulta el tránsito seguro tanto para el personal como para las maquinarias, y además provoca retrasos en las operaciones logísticas.

➤ **Falta de señalización.** En los pasillos del CEDI, no todos los suelos están debidamente señalizados, y aquellos que lo están presentan líneas amarillas borrosas. Esta situación es de suma importancia para prevenir posibles riesgos, ya que las señalizaciones indican tanto a las personas como a las maquinarias las áreas permitidas para operar y su dirección de desplazamiento. La falta de señalización puede presentar riesgos como: Accidentes, Tropiezos, Colisiones entre peatones y vehículos del almacén.

➤ **Almacenamiento Inadecuado** En algunos pasillos se ha observado mercancía apilada de manera inestable, lo que representa un riesgo de derrumbe. Esta situación es preocupante, ya que podría provocar lesiones a cualquier persona que transite por el área. Es importante abordar este problema de manera urgente para garantizar un entorno de trabajo seguro y evitar posibles accidentes.

Figura 22.
Pasillos obstruidos por pallets dañado.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 23
Pasillos obstruidos por mercancía.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 24
Ausencia De Líneas De Seguridad En Algunos Pasillos.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 25
Líneas De Seguridad Borrosas.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 26
Almacenamiento inadecuado por estibas altas.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 27
Almacenamiento inadecuado con pallets dañado. Fuente: Propia del autor.



Nota: Fuente Propia del autor.

6.1.3 Operación De Descarga: Durante el análisis de los procesos de descarga, se identificaron diversos riesgos inminentes que pueden surgir durante la ejecución de estas actividades.

➤ Lesiones por manipulación de cargas: Los colaboradores descargan la mercancía en cadenas de 3 a 5 personas lo cual al tirar las cajas pueden ocurrir lesiones como esguinces, fracturas y otras lesiones que están relacionadas con la elevación de cargas.

➤ Riesgos de caídas: Algunas de las estibas de mercancía que ya vienen paletizadas se encuentran excesivamente altas, lo que lleva al personal a recurrir a prácticas peligrosas, como subirse a los pallets para ir bajando las cajas. Esta acción podría resultar en resbalones, caídas y, en consecuencia, causar fracturas y otras lesiones graves debido a esta conducta insegura.

➤ Transporte de carga: Un gran número de colaboradores prescinde del uso de botas de seguridad, lo cual representa un riesgo significativo durante la manipulación de mercancías con el Jack Pallet. Al descender la mercancía sobre pallets, existe la posibilidad de que el mismo aplaste los pies de los trabajadores, provocando esguinces al igual que pueden ocurrir lesiones en la columna y otros percances al manipular los Jack pallet.

➤ Riesgos por iluminación inadecuada: La falta de iluminación durante el proceso de descarga dentro de los contenedores en el Centro de Distribución (CEDI) representa un riesgo significativo para la seguridad de los colaboradores. La carencia de luz adecuada puede generar fatiga visual, aumentando así la probabilidad de cometer errores y provocando lesiones durante la manipulación de la carga, además de incrementar el riesgo de caídas y otros accidentes. Es preocupante notar que, en ocasiones, se coloca una lámpara para mitigar este problema. Sin embargo, esta solución puede resultar contraproducente ya que el cable de la lámpara representa en

sí mismo un peligro adicional. Los colaboradores corren el riesgo de tropezarse con el cable, lo que podría provocar caídas y lesiones adicionales.

➤ **Obstáculos alrededores:** La gestión de la carga en espacios reducidos puede plantear una serie de desafíos y riesgos significativos. Uno de los riesgos más prominentes es el potencial de colisiones con otras maquinarias o estructuras. Esto se agrava aún más cuando se observan pilas de pallets alrededor de algunas puertas de carga, lo que limita considerablemente el espacio disponible para maniobrar. Estas condiciones no solo aumentan las posibilidades de accidentes y daños materiales, sino que también representan un riesgo para la seguridad de los trabajadores y la integridad de la mercancía

Figura 28

Manipulación Inadecuada de la carga.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 29

Manejo inadecuado de carga pesada.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 30

Riesgos De Caídas Uso inseguro de pallets como escalera para bajar cajas.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 31

Riesgos de caídas por malas prácticas al utilizar pallets como escalera.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 32

Manejo De Carga con transpaleta manual.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 33
Iluminación Inadecuada en el área de descarga.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 34
Obstáculos identificados en el área de descarga por pallets desordenados.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 35
Cables en mala posición que obstaculizan el proceso de descarga.



Nota: Fuente Propia del autor.

6.1.4 Falta De Equipos De Protección Personal: En el centro de distribución de la empresa Tamek S.A., es crucial implementar Equipos de Protección Personal (EPP). La utilización de estos dispositivos es fundamental para mitigar los riesgos inherentes a las operaciones diarias. La adopción de EPP no solo promueve la seguridad de los trabajadores, sino que también contribuye a la eficiencia y productividad general de las operaciones, al prevenir accidentes y lesiones que podrían interrumpir el flujo de trabajo.

Algunos de los riesgos más frecuentes por no usar equipo de protección personal:

- Riesgos Ergonómicos: Los sobreesfuerzos pueden producir trastornos o lesiones músculo-esqueléticas, originadas fundamentalmente por la adopción de posturas forzadas, la realización de movimientos repetitivos, por la manipulación manual de cargas y por la aplicación de fuerzas. La falta de EPP aumenta la probabilidad de las lesiones debido a la realización repetitiva de movimientos, posturas incómodas o levantamiento manual de cargas pesadas.
- Traumatismo: La omisión del uso de cascos de seguridad incrementa drásticamente la posibilidad de sufrir traumatismos craneoencefálicos y aumenta el riesgo de sufrir lesiones en la cabeza en caso de caídas de objetos o golpes durante la realización de tareas.
- Lesiones En Los Pies: La ausencia de botas de seguridad expone a los trabajadores a un mayor riesgo de sufrir lesiones en los pies, tales como cortes, contusiones, perforaciones o aplastamientos.
- Accidentes Con Maquinarias: En un entorno donde se emplean montacargas, carretillas elevadoras y otros equipos móviles, la visibilidad juega un papel fundamental en la prevención de colisiones. La falta de chalecos reflectivos dificulta la capacidad de los operadores de maquinaria para detectar la presencia de trabajadores en las áreas de tráfico interno, lo que incrementa significativamente el riesgo de accidentes y lesiones graves.
- significativamente el riesgo de accidentes y lesiones graves.

Figura 36

Equipo de protección personal recomendado para utilizar en el CEDI.



Nota: Fuente Adaptado de "**Equipo de Protección Personal (EPP)**," por **hablemos de Marketing (2024)**, recuperado de <https://hablemosdemkt.com/wp-content/uploads/2024/02/epp.png>.

6.1.5 Seguridad contra incendios: Es crucial mantener en óptimas condiciones el equipo de protección contra incendios para garantizar la seguridad de las personas en un centro de distribución. Sin embargo, la ausencia de un plan de prevención contra incendios en este entorno representa un riesgo significativo. Las inspecciones revelan que este riesgo es aún mayor debido a diversas deficiencias observadas: señalizaciones inadecuadas y extintores que no están debidamente ubicados o señalizados. La falta de señalización adecuada puede dificultar la identificación rápida y precisa de los equipos de protección contra incendios, lo que podría retrasar la respuesta ante una emergencia y poner en peligro la seguridad de los ocupantes del centro de distribución. Además, la incorrecta ubicación de los extintores puede limitar su accesibilidad en caso de un incendio, lo que afecta negativamente la capacidad de los trabajadores para responder de manera efectiva ante una emergencia.

Figura 37

Señalización contra incendio mal ubicadas.



Nota: Fuente Propia del autor.

Figura 38

Extintores ubicados en el piso y obstaculizados.



Nota: Fuente Propia del autor.

6.2 Estadísticas de accidentes Laborales en el Centro de Distribución (CEDI)2024.

Tabla 16.

Accidentes ocurridos en el CEDI en 2024.

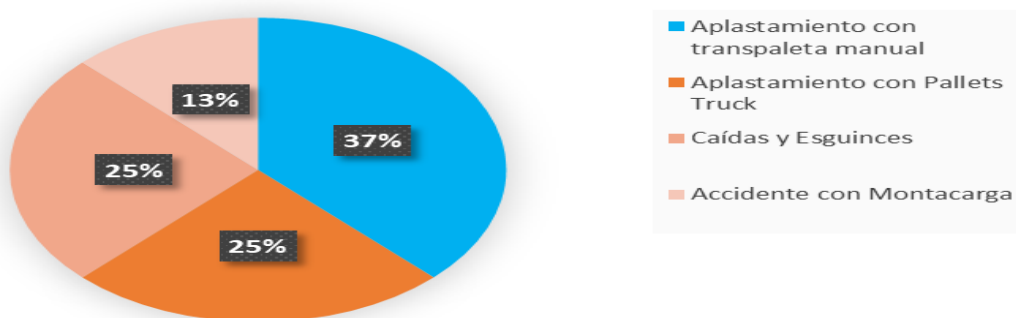
Tipo de Accidentes	Número de Accidentes
Aplastamiento con transpaleta manual	3 (accidentes más frecuentes)
Aplastamiento con Pallets Truck	2
Caídas y Esguinces	2
Accidente con Montacarga	1
Total, de Accidentes	8

Nota: Fuente propia del autor.

Figura 39

Estadística de accidentes.

Estadísticas de accidentes Laborales en el Centro de Distribución (CEDI)2024.



Nota: Fuente propia del autor.

El aplastamiento con transpaleta manual es el tipo de incidente más común, representando el 37% de los incidentes reportados.

CAPITULO VII

PROPUESTA DE PLAN DE ACCIÓN

7.1 Introducción

El Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST) se ha convertido en una herramienta fundamental para las empresas que buscan la mejora continua y la protección de sus colaboradores. Este sistema no solo permite prevenir accidentes y enfermedades ocupacionales, sino que también mejora la productividad, la calidad del trabajo y el clima laboral.

Arellano Díaz, J., & Rodríguez Cabrera, R. (2013). "La seguridad y la higiene en el trabajo tienen como finalidad proteger a los trabajadores contra los riesgos a la salud, lo que incluye prevenir los accidentes y las enfermedades de trabajo, así como mejorar las condiciones y el ambiente de trabajo, a través de información normativa y técnica." En Salud en el trabajo y seguridad industrial (p.68). Editorial Alfaomega.

7.2 Estrategias

Luego de identificar los riesgos mediante inspecciones en el lugar de trabajo, se pueden proponer diversas estrategias para implementar un sistema de seguridad ocupacional en el área. La implementación del mismo permitirá prevenir la ocurrencia de incidentes o accidentes relacionados con los riesgos identificados. Esta información ha sido recopilada meticulosamente y analizada en detalle para garantizar una comprensión completa de los desafíos presentes en el entorno laboral. Con base en este análisis exhaustivo, estamos preparados para desarrollar e implementar estrategias efectivas que mitiguen los riesgos y promuevan un ambiente de trabajo seguro y saludable para todos los empleados.

7.2.1 Programa De Prevención De Riesgos.

Los programas de prevención de riesgos son un conjunto de medidas y acciones vitales que se implementan en una empresa para identificar, evaluar y controlar los riesgos que pueden afectar la seguridad y la salud de los trabajadores. Estos

programas no solo son una obligación legal, sino también una inversión en el bienestar de los empleados y en el éxito a largo plazo de la empresa.

La prevención de riesgos y accidentes en el trabajo es una responsabilidad compartida entre la empresa y los trabajadores, ya que los mismos son responsable a la hora de evitar riesgos en el desempeño de sus funciones diarias.

Medidas Preventivas: Las medidas de prevención de riesgos laborales son de utilidad como herramientas para eliminar y controlar los riesgos identificados. Se dispone de la información necesaria para aplicar las siguientes medidas preventivas en cada situación específica de los riesgos identificados mediante el diagnóstico realizado en el centro de distribución.

➤ Medidas preventivas para evitar caídas, tropezones o resbalones

- Mantener los suelos limpios y barridos de manera regular y así eliminar cualquier obstáculo.
- En caso de agua acumulada Limpiar y secar de inmediato utilizando utensilios adecuados.
- No bloqueas ni obstruir los pasillos con pallets, cajas u otros objetos que puedan dificultar el paso o crear un riesgo de tropiezo.
- Asegúrate de que los pasillos sean lo suficientemente amplios para permitir un tránsito seguro y sin obstáculos.
- Usar señales o conos de precaución para bloquear las áreas o suelos resbaladizas.

➤ Medidas de prevención para evitar lesiones por levantar objetos pesados.

- Si el objeto es demasiado pesado, busca ayuda o utiliza un equipo de asistencia.
- Separar los pies 15 a 30 centímetros entre sí, con un pie ligeramente delante del otro.
- Doblar las rodillas, no la espalda.

- Si se requiere asistencia para realizar un levantamiento, coordinar y comunicar sus movimientos con los del compañero de trabajo.
- Medidas de prevención para evitar riesgos almacenamiento inadecuado
- Seleccionar estanterías y racks apropiados según el tipo de mercancía a almacenar.
 - Mantener la organización de los estantes para un almacenamiento eficiente.
 - No almacenar la mercancía sin embalar para evitar riesgos.
 - Verificar periódicamente la resistencia estructural de las estanterías.
- Medidas preventivas para evitar riesgos por manipulación de carga.
- Solicitar ayuda a otras personas si el peso de la carga es excesivo o se deben adoptar posturas incómodas durante el levantamiento y no se puede resolver por medio de la utilización de ayudas mecánicas.
 - Coloca los pies separados para asegurar una postura firme y balanceada al levantar, posicionando un pie delante del otro en la dirección del movimiento.
 - Mantener la carga pegada al cuerpo durante todo el levantamiento.
 - Evitar los trabajos que se realizan de forma continuada en una misma postura. Se recomienda la alternancia de tareas y la realización de pausas, que se establecerán en función de cada persona y del esfuerzo que exija el puesto de trabajo.
- Medidas preventivas para evitar riesgos por iluminación inadecuada
- Ajustar el nivel de iluminación de acuerdo a la actividad y área de trabajo específica.
 - Optar por luces LED, las cuales ofrecen una iluminación más brillante y uniforme, mejorando así la visibilidad en todas las áreas del almacén.

- Implementar medidas de contingencia, como luces de respaldo o sistemas de iluminación de emergencia, para hacer frente a posibles fallos en la iluminación principal.
 - Regular la intensidad y el color de la luz de acuerdo con las necesidades visuales y las tareas específicas.
- Medidas Preventivas Ergonómicas para Mitigar Riesgos de Lesiones, Traumatismos y Trastornos Musculoesqueléticos.
- Es fundamental tomar descansos regulares para mantenerse fresco en el trabajo. Muchas lesiones y enfermedades relacionadas con el trabajo ocurren debido al cansancio y la falta de alerta por parte de los trabajadores.
 - Es importante tomar precauciones adecuadas al utilizar herramientas y evitar tomar atajos. Este último es una de las principales causas de lesiones en el lugar de trabajo. Utilizar andamios como escaleras o una herramienta en lugar de otra para una tarea específica representa un gran riesgo para la seguridad.
 - Implementar programas de ergonomía es crucial para asegurar que los equipos y herramientas se adapten adecuadamente a las necesidades del trabajador, lo que ayuda a reducir el riesgo de lesiones musculoesqueléticas.
 - Proporcionar capacitación al personal en técnicas seguras de manejo de materiales y equipos es esencial para reducir el riesgo de lesiones causadas por una manipulación incorrecta.
- Medidas preventivas para mitigar riesgos de incendios.
- Utilizar adecuadamente medios de extinción de incendios: Proporcionar capacitación adecuada al personal sobre cómo utilizar los diferentes medios de extinción de incendios disponibles, como extintores portátiles, sistemas de rociadores automáticos y mangueras contra incendios. Es importante que el personal conozca qué tipo de fuego puede ser controlado con cada medio y cómo utilizarlos de manera segura y efectiva en caso de emergencia.

- Desarrollar planes de evacuación efectivos: Elaborar y practicar regularmente planes de evacuación que incluyan rutas de escape claramente marcadas, puntos de encuentro designados fuera del edificio.
- Realizar inspecciones regulares de seguridad contra incendios: Es fundamental llevar a cabo inspecciones periódicas de todos los equipos de seguridad contra incendios, como extintores, sistemas de rociadores, mangueras y salidas de emergencia, para asegurarse de que estén en condiciones óptimas de funcionamiento en caso de necesidad. Esto puede incluir pruebas de funcionamiento, inspecciones visuales y mantenimiento regular según las normativas locales.

7.2.2 Capacitaciones.

Otra estrategia altamente efectiva que garantiza la implementación exitosa del sistema de seguridad y salud ocupacional implica capacitar al personal en una variedad de temas aplicables. La capacitación en cuestión se refiere a cualquier tipo de duda, lo que, en consecuencia, reduce drásticamente el nivel de riesgo en el lugar de trabajo.

Según el Reglamento General de Prevención de Riesgos Profesionales y de Seguridad e Higiene en el Trabajo (Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, 2020), en el Capítulo II, Artículo 6, acápite f se establece la obligación de capacitar y adiestrar a los trabajadores sobre la prevención de riesgos profesionales de acuerdo con las actividades que se desarrollen en el centro de trabajo. Además, el Artículo 8, acápite c establece que los trabajadores tienen derecho a participar en las capacitaciones y adiestramientos en materia de prevención de riesgos y atención de emergencias, siempre y cuando se haya coordinado previamente la autorización correspondiente con el empleador, ya sea impartidas por el empleador o la caja de seguro social (Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, 2020).

Se podrían ofrecer diversas capacitaciones al personal del centro de distribución, entre las cuales se incluyen:

- Entrenamiento en procedimientos de seguridad en el manejo de equipos de carga y descarga: Entrenamiento que se brinda para orientar a las personas sobre cómo operar las máquinas que usan para cargar y descargar mercancía de manera segura sin correr el riesgo de dañarse o causar accidentes.
- Curso sobre prevención de accidentes en espacios de almacenamiento y áreas de trabajo: Este es un programa de aprendizaje que se enfoca en concienciar a las personas sobre los diferentes riesgos de accidentes en el almacenamiento y en todo su lugar de trabajo.
- Seminario sobre el correcto uso de equipos de protección personal (EPP): donde se informa que enseña a los trabajadores cómo usar adecuadamente y mantener los equipos de protección personal, como cascos, guantes, gafas de seguridad, entre otros.
- Capacitación en procedimientos de emergencia y evacuación: Enseñanza de las medidas y acciones a seguir en caso de emergencias, incluyendo evacuaciones ordenadas y seguras en situaciones de peligro.
- Entrenamiento en el manejo adecuado de cargas pesadas para evitar lesiones: Formación sobre las técnicas correctas para levantar, trasladar y manejar objetos pesados, con el fin de reducir el riesgo de lesiones en la espalda o en otras áreas del cuerpo.
- Capacitación sobre Orden y Limpieza: Esta capacitación se enfoca en educar a los empleados sobre la importancia de mantener un ambiente de trabajo limpio y ordenado para prevenir accidentes.
- Prevención de fatiga y estrés laboral: Educación sobre los riesgos de la fatiga y el estrés en el trabajo, así como estrategias para gestionarlos, como pausas regulares, rotación de tareas y técnicas de manejo del estrés.
- Primeros auxilios y RCP (Resucitación Cardiopulmonar): Entrenamiento en habilidades básicas de primeros auxilios y técnicas de RCP para que los empleados estén preparados para responder eficazmente en caso de emergencias médicas en el lugar de trabajo.

Al proporcionar a los trabajadores del CEDI en la empresa Tamek P.A. la capacitación adecuada y el adiestramiento necesario, se asegura que estén preparados para aplicar de manera efectiva y positiva los procedimientos establecidos.

7.2.3 Compromiso por parte de la alta gerencia.

En su obra "Salud en el trabajo y seguridad industrial", Arellano Díaz y Rodríguez Cabrera (2013) destacan que "La participación de todos es un recurso valioso en la estimulación de los trabajadores para que tengan interés en el control de pérdidas innecesarias, así como en el control de pérdida de vidas humanas y compartiendo la responsabilidad para su seguridad y su salud" (p. 183).

Por lo tanto, es fundamental que la Alta Gerencia en la empresa vaya involucrando gradualmente a todos los miembros de la organización en el compromiso de adoptar las nuevas políticas o reglamentos conforme se vayan generando a raíz de los resultados y cambios ejecutados mediante el plan estratégico. Esto permitirá que el compromiso se extienda tanto dentro como fuera de la organización, Esto implica no solo obtener su apoyo, sino también asignar los recursos financieros y humanos necesarios para respaldar eficazmente el proyecto. Es vital que la alta dirección esté plenamente comprometida con la seguridad y la salud de los empleados, reconociendo su importancia y priorizando la implementación de medidas preventivas y correctivas en toda la organización.

Para lograr que la alta gerencia se involucre en la implementación del sistema de seguridad y salud ocupacional, es crucial demostrarles la importancia estratégica y los beneficios tangibles de dicho sistema.

7.2.4 Dotar al personal de equipo de protección personal (EPP).

Es fundamental que la empresa Tamek S.A. brinde al personal el equipo de protección personal necesario para garantizar la seguridad y el bienestar de sus trabajadores. Cumpliendo con las normativas panameñas según lo estipulado en el Reglamento de Prevención de Riesgos Profesionales y Seguridad e Higiene en el Trabajo, actualizado

en junio de 2020, en el capítulo I, artículo 6, acápite h, se establece que la empresa debe proporcionar los equipos de protección personal necesarios.

Los equipos esenciales que se proporcionarían al personal para su protección personal incluirían:

- Los cascos protegen la cabeza de lesiones causadas por caídas de objetos o golpes contra estructuras.
- Las botas de seguridad proporcionan estabilidad y protección contra lesiones en los pies causadas por objetos punzantes, caídas de objetos pesados o derrames de líquidos.
- Los chalecos con cintas reflectantes mejoran la visibilidad del personal en áreas de alto tráfico o con poca luz, lo que ayuda a reducir el riesgo de accidentes por atropellos u otras colisiones.
- Arnés de seguridad: Para trabajos en altura, como la carga y descarga de mercancías en estanterías altas o en plataformas elevadoras. Durante el diagnóstico del centro de distribución, se notó que la empresa suministra arneses de seguridad, pero no proporciona otros equipos de protección personal (EPP). Sin embargo, es importante destacar que varios trabajadores llevan sus propias botas, mostrando conciencia de los riesgos implicados.

CAPITULO VIII

SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN

Después de identificar las estrategias del plan de acción destinadas a implementar el sistema de seguridad y salud ocupacional en el centro de distribución de empresas Tamek P.A., se han establecido diversos métodos para facilitar el seguimiento y la evaluación del plan. Estos métodos son esenciales para garantizar la correcta implementación de las acciones propuestas y asegurar el cumplimiento de los objetivos establecidos.

8.1 Seguimiento de Plan de Acción:

Se presenta a continuación una tabla que servirá como indicador de seguimiento del plan de acción. Esta tabla proporcionará una visión general de las estrategias planificadas, los responsables designados y el estado de progreso esperado de cada actividad.

Tabla 17

Seguimiento de plan de acción.

ESTRATEGIA	RESPONSABLE	ESTADO PREVISTO	OBSERVACIONES PREVISTAS
COMPROMISO POR PARTE DE ALTA GERENCIA	Gerente General	En progreso	Después de revisar el plan de acción, es probable que el interés de la alta gerencia en la implementación del sistema de seguridad y salud ocupacional aumente, ya que comprenden mejor su importancia y los beneficios que puede aportar a la empresa.
CAPACITACIONES	Dep. de capacitaciones/ Gerente de seguridad y salud ocupacional	En progreso	Se llevarán a cabo capacitaciones que contribuirán a prevenir riesgos y a orientar al personal sobre sus actividades, según lo acordado previamente.
PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS	Gerente de seguridad y salud ocupacional	En progreso	Una vez implementado el sistema de seguridad ocupacional, es crucial otorgarle el seguimiento y la evaluación adecuados para garantizar su efectividad continua y realizar mejoras según sea necesario.
DOTAR AL PERSONAL DE EQUIPO DE PROTECCIÓN PERSONAL (EPP)	Dep. de Compras/ Gerente de seguridad y salud ocupacional	En progreso	Se implementará el uso de Equipos de Protección Personal (EPP), dado su gran valor para mitigar los riesgos relacionados con la seguridad y la salud ocupacional, salvaguardando así la integridad de los trabajadores y otros activos.

Nota: Fuente propia del autor.

8.2 Análisis De Plan De Acción:

Como método que facilita el seguimiento y la evaluación del plan de acción, se llevó a cabo un análisis **FODA**. Este análisis proporciona una visión integral de los factores internos y externos que afectan la implementación del plan. Ayuda a mantener un enfoque estratégico y centrado en los aspectos clave del plan de acción, permitiendo una asignación más eficiente de recursos y esfuerzos. Además, nos brinda el beneficio de identificar áreas prioritarias para la mejora, así como oportunidades que podemos aprovechar y amenazas que debemos abordar. Al establecer indicadores clave de desempeño relacionados con cada aspecto identificado en el análisis, podemos monitorear el progreso de manera efectiva y ajustar nuestro enfoque según sea necesario. En resumen, el análisis FODA es una herramienta invaluable que nos ayuda a gestionar y optimizar el desarrollo de nuestro plan de acción.

Figura 40

Análisis FODA.



Nota: Fuente propia del autor.

CÁPITULO IX

RECOMENDACIONES ADICIONALES

La implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional es esencial para garantizar un entorno laboral seguro. Sin embargo, en este capítulo, para fortalecer aún más la efectividad de este sistema, es beneficioso considerar e incorporar recomendaciones adicionales. Estas sugerencias complementarias pueden contribuir significativamente a reforzar las medidas de seguridad existentes y mejorar la protección de los trabajadores

Entre las recomendaciones que se pueden tomar en cuenta una vez se implemente el sistema de seguridad y salud ocupacional podemos mencionar:

- Una de las recomendaciones incluye la designación de una persona idónea para gestionar esta función. Esta persona sería responsable de proporcionar capacitaciones y orientación continua al personal, con el firme respaldo de la gerencia. Contar con un profesional dedicado garantizará que las prácticas de seguridad se apliquen eficazmente, fomentando un entorno laboral seguro para todos los empleados asegurando que estén bien informados y preparados para manejar situaciones de riesgo.
- Realizar inspecciones diarias al personal para garantizar el cumplimiento de la política de seguridad y salud en la empresa, así como el uso adecuado de los Equipos de Protección Personal (EPP), entre otras medidas.
- Se sugieren auditorías que posibiliten la evaluación del grado de cumplimiento de las políticas establecidas en la empresa, así como la identificación de áreas que requieran mejoras.
- Establecer un programa de mantenimiento preventivo para los equipos críticos del centro de distribución, como los sistemas de almacenamiento, las plataformas de carga y descarga, así como los equipos de manipulación de materiales. Esto garantizará su óptimo funcionamiento y minimizará el riesgo de fallos inesperados que puedan interrumpir las operaciones y poner en peligro la seguridad del personal.

➤ En el Centro de Distribución (CEDI), se pudo observar que cuentan con un departamento de calidad que desempeña un papel fundamental en aspectos como el mantenimiento de la mercancía en óptimas condiciones, el control de plagas, y la realización de inspecciones, entre otras funciones relevantes. Esta estructura constituye no solo una ventaja significativa, sino también un componente esencial para garantizar la eficacia y la integridad de las operaciones. Una vez implementado el sistema de seguridad ocupacional en la empresa, surge la posibilidad de fusionar ambos departamentos. Esta integración permitiría optimizar los recursos y mejorar la coordinación entre las áreas de calidad y seguridad ocupacional. Al unificar esfuerzos, se podría establecer un enfoque más holístico y eficiente para abordar los desafíos relacionados con la seguridad, la calidad y la integridad de los productos en todo el proceso de distribución.

BIBLIOGRAFÍA

- Asiprex.** (2021, diciembre). La importancia de la seguridad y salud en el trabajo. Recuperado de <https://asiprex.com/la-importancia-de-la-seguridad-y-salud-en-el-trabajo/>
- Caja de Seguro Social de Panamá.** (2011, 17 de febrero). *Reglamento general de prevención de riesgos.* Recuperado de <https://w3.css.gob.pa/wp-content/wdocs/Reglamento%20General%20de%20Prevencion%20de%20Riesgos.pdf>
- Gobierno de Panamá.** (1970). *Decreto de Gabinete No. 68 de 31 de marzo de 1970.*
- Caja de Seguro Social de Panamá.* Recuperado de <https://w3.css.gob.pa/wp-content/wdocs/DECRETO%20DE%20GABINETE%20NO%2068%20DE%2031%20DE%20MARZO%20DE%201970.pdf>
- Gaceta Oficial Digital.** (2008, 16 de febrero). *Ley N.º 6 de 2008: Por la cual se aprueba el Código Fiscal de la República de Panamá.* Recuperado de <https://www.gacetaoficial.gob.pa/pdfTemp/25979/8985.pdf>
- Google Forms.** (2024). *Propuesta de implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en Tamek S.A.* Recuperado de <https://forms.gle/ToyC9MZMsKzbFsvQ9>
- Inspección Técnica de Estanterías.** (2020, diciembre). *Medidas preventivas de seguridad en el almacén: Evitar lesiones.* Recuperado de <https://inspecciontecnicadeestanterias.com/medidas-preventivas-de-seguridad-en-el-almacen-evitar-lesiones/>
- Mac Cawley, A.** (2022). *Seguridad clave en los centros de distribución. Negocios Globales.* 1.^a quincena de diciembre. Recuperado de <https://www.claseejecutiva.uc.cl/wp-content/uploads/2023/01/Seguridad-Clave-en-los-centros-de-distribucion.pdf>
- Ministerio de Trabajo y Desarrollo Laboral de Panamá.** (2016). *Código de trabajo.* Recuperado de <https://www.mitradel.gob.pa/wp-content/uploads/2016/12/c%C3%B3digo-detrabajo.pdf>

Morales, J., & Vintimilla, M. (2014). *Propuesta de un diseño de plan de seguridad y salud ocupacional* [Tesis de licenciatura, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio Institucional UPS. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/6997/1/UPS-CT003660.pdf>

Organización Internacional del Trabajo (OIT). (2023). Surgen nuevos problemas de seguridad y salud a medida que el trabajo cambia. Recuperado de <https://www.ilo.org/es/resource/news/surgen-nuevos-problemas-de-seguridad-y-salud-medida-que-el-trabajo-cambia>

SPR Servicio de Prevención y Salud Laboral de la Universidad Politécnica de Valencia. (s.f.). *Manipulación manual de cargas y pesos*. Recuperado de https://www.sprl.upv.es/d7_6_b.htm

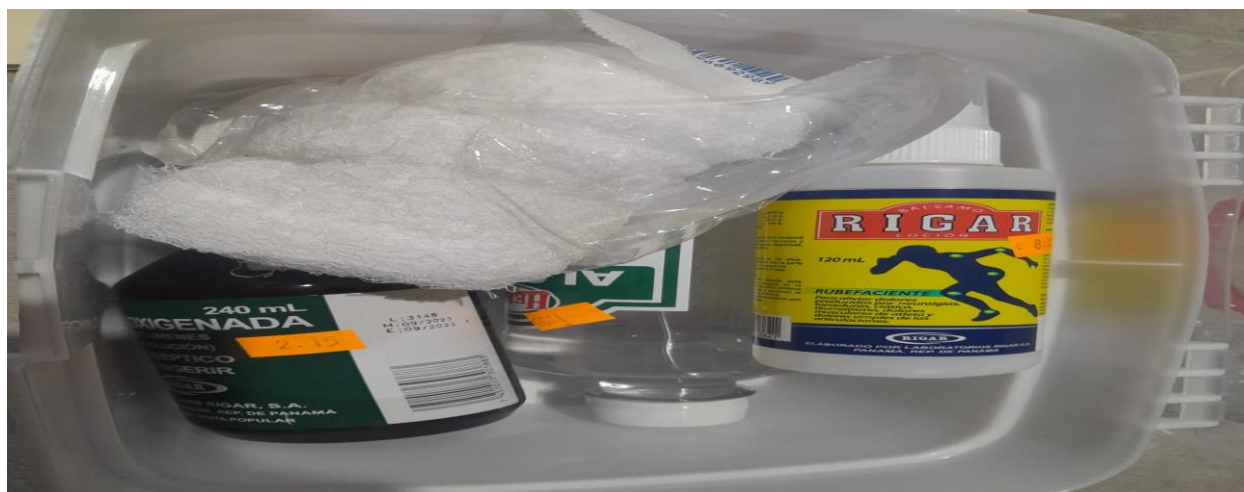
USAID. (2018). *Guía de seguridad personal de almacén*. Recuperado de https://pdf.usaid.gov/pdf_docs/PA00MRMS.pdf

Vásconez Illapa, R. G., & Tulcanaza Paredes, C. A. (2021). *Propuesta de diseño de sistema de gestión de seguridad y salud ocupacional basado en la Norma ISO 45001:2018 para una empresa de logística y distribución de medicamentos ubicada en el sector Norte de Quito* [Tesis de licenciatura, Universidad Internacional SEK]. Repositorio Institucional UISek. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/4098>

ANEXOS

Figura 1

Botiquín de Primeros Auxilios del Centro de Distribución (CEDI).



Nota: Fuente propia del autor.

Figura 2

Atención Médica por Accidente de Aplastamiento con Transpaleta Eléctrica en el CEDI.



Nota: Fuente propia del autor.



UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FACULTAD DE CIENCIAS LOGÍSTICAS

Validez del instrumento: Cuestionario

Autor: Keyla Araba

Panamá, 8 junio de 2024.

Estimado Ingeniero,

Michael Castillo

Saludo de paz y bien,

Con toda atención, me permito solicitar sus buenos oficios como juez evaluador del instrumento cuestionario, el cual hemos diseñado con la finalidad de recabar información requerida para el desarrollo de la investigación titulada:

PROPUESTA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE UN PLAN DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL EN UN CENTRO DE DISTRIBUCIÓN

En este sentido, agradeceremos evaluar la pertinencia de la variable, dimensiones e indicadores, así como la redacción de las preguntas del instrumento de recolección de datos, diseñado para obtener la información necesaria para cumplir con el objetivo específico planteado en esta investigación.

Nuestra gratitud, por su atención y colaboración a la solicitud planteada.

Estaré atenta.

Cortésmente



Estudiante:

Keyla Araba

IDENTIFICACIÓN DEL EXPERTO

Nombres: Michael

Apellidos: Castillo

Título o Profesión: Ingeniero en Prevención de Riesgos y Medio Ambiente

Institución donde trabaja:

Cargo:

IDENTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

TÍTULO: PROPUESTA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE UN PLAN DE SEGURIDAD Y SALUD OCUPACIONAL EN UN CENTRO DE DISTRIBUCIÓN.

OBJETIVO GENERAL: Crear un sistema de seguridad y salud ocupacional que permita detectar y reducir los riesgos laborales en el centro de distribución, cumpliendo con las normativas legales de seguridad y salud ocupacional en Panamá.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Realizar un diagnóstico de las necesidades de Tamek S.A. en materia de seguridad y salud ocupacional.
- Desarrollar el diseño del plan de seguridad y salud ocupacional, contemplando su implementación futura.
- Examinar los aspectos legales relacionados con la seguridad y salud ocupacional en Panamá.
- Estimular la participación activa de los empleados en la adopción de prácticas seguras.

POBLACIÓN: Trabajadores del centro de distribución en empresas Tamek S.A

TIPO DE INSTRUMENTO: Observación Directa, Entrevista, Encuesta.

EVALUACION DEL EXPERTO:

1. ¿Considera que los ítems son pertinentes con el objetivo?

Sí X No _____

Observaciones: _____

2. ¿Considera que los ítems miden la variable?

Sí X No _____

Observaciones: _____

3. ¿Considera que los ítems miden las dimensiones?

Sí X No _____

Observaciones: _____

4. ¿Considera que los ítems miden los indicadores?

Sí X No _____

Observaciones: _____

5. ¿Considera válido el instrumento?

Sí X No _____

Observaciones: _____

Michael Castillo

Ing. Michael Castillo

PERTINENCIA												
Encuesta Cuestionario	Objetivo		Variable		Dimensión		Indicador		Tipo de Pregunta		Redacción	
	A	I	A	I	A	I	A	I	A	I	A	I
1	X		X		X		X		X		X	
2	X		X		X		X		X		X	
3	X		X		X		X		X		X	
4	X		X		X		X		X		X	
5	X		X		X		X		X		X	
6	X		X		X		X		X		X	
7	X		X		X		X		X		X	
8	X		X		X		X		X		X	
9	X		X		X		X		X		X	
10	X		X		X		X		X		X	
11	X		X		X		X		X		X	
12	X		X		X		X		X		X	
13	X		X		X		X		X		X	
14	X		X		X		X		X		X	
15	X		X		X		X		X		X	

A: Adecuado

I: Inadecuado



Ing. Michael Castillo

OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Título: Propuesta para la implementación de un plan de seguridad y salud ocupacional en un centro de distribución.

Objetivo General: Crear un sistema de seguridad y salud ocupacional que permita detectar y reducir los riesgos laborales en el centro de distribución, cumpliendo con las normativas legales de seguridad y salud ocupacional en Panamá.

Objetivos Específicos	Variables	Dimensión	Indicadores	ITEMS
Realizar un diagnóstico de las necesidades de Tamek S.A. en materia de seguridad y salud ocupacional.	Condición de trabajos actuales	Seguridad física del entorno laboral	<ul style="list-style-type: none"> • Existencia de riesgos identificados en las inspecciones de seguridad • Calificación de la adecuación del equipo de protección personal (EPP) 	1, 2, 4, 6, 7, 8, 9
Desarrollar el diseño del plan de seguridad y salud ocupacional, contemplando su implementación futura.	Diseño de un plan de Acción	Planificación estratégica y cronograma de implementación	<ul style="list-style-type: none"> • Número de acciones y medidas previstas en el plan. • Fecha de finalización del plan de implementación 	3, 5, 10, 11, 12, 13, 14, 15
Examinar los aspectos legales relacionados con la seguridad y salud ocupacional en Panamá.	Marco legal y normativo	Legislación laboral vigente	<ul style="list-style-type: none"> • Cambios históricos en la legislación • normativas relevantes revisadas 	3, 5
Estimular la participación activa de los empleados en la adopción de prácticas seguras.	Nivel de conciencia sobre seguridad y salud ocupacional	Capacitación y sensibilización	<ul style="list-style-type: none"> • Participación en actividades de seguridad • Evaluaciones de satisfacción de los empleados con respecto a la capacitación 	10, 11, 12, 13, 14, 15

No.	ÍTEMS
1.	Edad?
2.	¿Tiempo que labora en la empresa?
3.	¿En qué medida cree que la empresa ha priorizado la seguridad y salud ocupacional en sus operaciones?
4.	¿Se le ha entregado capacitación sobre el uso adecuado del equipo de protección personal y las medidas de seguridad en su área de trabajo?
5.	Considera usted importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresa Tamek S.A?
6.	¿Ha reportado alguna vez un accidente o incidente de trabajo en la empresa?
7.	¿Ha participado en algún simulacro de emergencia en su lugar de trabajo?
8.	¿Ha presenciado alguna vez prácticas laborales inseguras en su lugar de trabajo?
9.	¿Sabe cómo actuar en caso de una emergencia en el entorno laboral (incendio, evacuación, etc.)?
10.	¿Qué tipo de capacitación te gustaría recibir para mejorar la seguridad y salud ocupacional en tu puesto de trabajo?
11.	¿Qué medidas específicas crees que deberían implementarse para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?
12.	¿Qué tan dispuesto/a estás a participar activamente en iniciativas para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?
13.	¿Qué impacto positivo esperas ver en el ambiente laboral de la empresa con la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional?
14.	¿Cómo preferirías recibir información y capacitaciones sobre seguridad y salud ocupacional en la empresa?
15.	¿Estaría de acuerdo en la implementación de seguridad y salud ocupacional en la empresa?

Instrumento de investigación aplicado a los trabajadores de empresas Tamek S.A

Figura 41.

Instrumento de investigación aplicado a los trabajadores de empresas Tamek S. A



Propuesta de implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en Tamek S,A.

"La presente encuesta tiene como objetivo recopilar datos que serán de gran utilidad para la propuesta de implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la Empresas Tamek, S.A. Esta iniciativa tiene como fin mejorar las condiciones laborales y promover el bienestar del personal que labora en la empresa. Las preguntas formuladas han sido diseñadas de manera clara y comprensible, con el objetivo de facilitar la participación de los individuos y garantizar respuestas precisas y exactas. Agradecemos de antemano su colaboración en esta importante iniciativa, la cual contribuirá significativamente a fortalecer la seguridad y la salud ocupacional en el centro de distribución.

1. Edad?

Tu respuesta _____

2. Tiempo que labora en la empresa?

Menos de 1 año

2 años

Otro: _____

3. En qué medida cree que la empresa ha priorizado la seguridad y salud ocupacional en sus operaciones?

Priorizado

Neutral

No priorizado

4. Se le ha entregado capacitación sobre el uso adecuado del equipo de protección personal y las medidas de seguridad en su área de trabajo?

- Sí
- No

5. Considera usted importante la implementación de un sistema de seguridad y salud ocupacional en la empresas Tamek S.A?

- Sí
- No
- Tal vez

6. Ha reportado alguna vez un accidente o incidente de trabajo en la empresa?

- Sí
- No
- No lo recuerdo

7. Ha participado en algún simulacro de emergencia en su lugar de trabajo?

- Sí
- No

8. Ha presenciado alguna vez prácticas laborales inseguras en su lugar de trabajo?

- Sí
- No

9. Sabe cómo actuar en caso de una emergencia en el entorno laboral (incendio, evacuación, etc.)?

- Sí
- No
- No esta seguro

10. Qué tipo de capacitación te gustaría recibir para mejorar la seguridad y salud ocupacional en tu puesto de trabajo?

- Uso de equipo de protección personal
- Entrenamiento sobre procedimientos de emergencia
- Información sobre riesgos específicos del lugar de trabajo
- Todas las anteriores

11. Qué medidas específicas crees que deberían implementarse para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?

- Disponibilidad de equipo de protección personal
- Inspecciones regulares de seguridad
- Otro: _____

12. Qué tan dispuesto/a estás a participar activamente en iniciativas para mejorar la seguridad y salud ocupacional en la empresa?

- Muy Dispuesto
- Neutral
- Nada Dispuesto

13. Qué impacto positivo esperas ver en el ambiente laboral de la empresa con la implementación de medidas de seguridad y salud ocupacional?

- Reducción de accidentes y lesiones en el lugar de trabajo.
- Mejora en la salud y bienestar del personal.
- Aumento en la productividad y eficiencia.

14. Cómo preferirías recibir información y capacitaciones sobre seguridad y salud ocupacional en la empresa?

- Material impreso colocado en áreas comunes.
- Entrenamiento práctico en el lugar de trabajo.
- Reuniones regulares de equipo con enfoque en seguridad.

15. Estaría de acuerdo en la implementación de seguridad y salud ocupacional en la empresa?

- Sí
- No
- Tal vez

Enviar

Borrar formulario

Nota. Fuente Formularios de Google, (Aplicación web) Google Form.
<https://forms.gle/p8bF8uZEZ68doHbN7>