



REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Cusco 2020

Aprobado por:

Junta General de Accionistas Resolución N° 049-2020-UPAC-JGA-R.

Fecha: 01/06/2020

Páginas: 21

REGLAMENTO INTERNO DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE LA UNIVERSIDAD PERUANA AUSTRAL DEL CUSCO

CAPÍTULO I

GENERALIDADES

Artículo 1°.- Objetivos. El presente Reglamento, contiene las normas y disposiciones pertinentes en materia de seguridad y salud en el trabajo.

Artículo 2°.- Alcance. Las normas del presente reglamento son de aplicación obligatoria.

El alcance del presente Reglamento comprende a todas las actividades, servicios y procesos que se desarrolla en todas las dependencias de la Universidad. Por otra parte, establece las funciones y responsabilidades que, con relación a la seguridad y salud en el trabajo deben cumplir obligatoriamente todos los trabajadores, estudiantes, docentes y personal administrativo asimismo los que prestan servicios de manera independiente, siempre que éstos desarrollen sus actividades totales o parcialmente en las instalaciones de la Universidad.

Artículo 3°.- Términos y Definiciones. Para los efectos del presente reglamento se entenderá por:

- **Accidente de trabajo:** Suceso repentino traumático que sobreviene por causa o con ocasión del trabajo y que produce pérdidas, daños materiales, derroches y/o impacto al medio ambiente; con respecto al trabajador le puede ocasionar lesión, perturbación funcional, invalidez o muerte.
- **Comité de seguridad y salud en el trabajo:** Órgano bipartito y paritario constituido por representantes del empleador y de los trabajadores, con las facultades y obligaciones previstas por las normas vigentes, destinado a la consulta regular y periódica de las actuaciones de la institución en materia de prevención de riesgos.
- **Control de riesgos:** Es el proceso de toma de decisión, mediante la información obtenida en la evaluación de riesgos, para tratar y/o reducir los riesgos, para implantar e implementar las medidas correctoras, exigir su cumplimiento y la evaluación periódica de su eficacia.
- **Cultura de seguridad o cultura de prevención:** Conjunto de valores, principios y normas de comportamiento y conocimiento que comparten los miembros de una organización, con respecto a la prevención de incidentes, accidentes de trabajo y enfermedades ocupacionales.
- **Enfermedad ocupacional:** Enfermedad contraída como resultado de la exposición a factores de riesgos como agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos, psicológicos y sociales inherentes a la actividad laboral.
- **Empleador:** Toda persona natural o jurídica que emplea a uno o varios trabajadores.
- **Entidades Públicas competentes en materia de seguridad y salud en el trabajo:** Ministerio de Trabajo y Promoción del Empleo, Salud, Energía y Minas, Producción, Transportes y Comunicaciones, Vivienda y Construcción, Agricultura, ESSALUD y otras que la Ley señale.
- **Equipos de protección personal:** Los dispositivos específicos destinados a ser utilizados adecuadamente por el trabajador para que le protejan de uno o varios riesgos que puedan amenazar su seguridad o salud en el trabajo.
- **Evaluación de riesgos:** Proceso mediante el cual se obtiene la información necesaria para que la Empresa esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la oportunidad y el tipo de acciones preventivas que deben adoptarse.
- **Higiene ocupacional.** Es el conjunto de actividades destinadas al reconocimiento,

evaluación, seguimiento y control de agentes identificados en el medio laboral que propicien o que puedan propiciar enfermedades, incapacidad o ineficiencia a los trabajadores de la comunidad.

- **Inducción u orientación:** Capacitación inicial para ayudar al trabajador a ejecutar su labor en forma segura, eficiente y correcta. Se divide normalmente en:
Inducción general: Capacitación al trabajador antes de asumir su puesto sobre temas generales como política, beneficios, servicios, facilidades, normas y prácticas, y el conocimiento del ambiente laboral de la Empresa.
Inducción específica: Capacitación que brinda al trabajador la información necesaria para prepararlo a su trabajo específico.
- **Mapa de riesgos:** Compendio de información organizada y sistematizada geográficamente a nivel nacional, sub-regional o de una empresa, sobre las amenazas, incidentes o actividades que son valoradas como riesgos para la operación segura de una empresa u organización.
- **Medidas de prevención:** Las acciones que se adoptan con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo, dirigidas a proteger la salud de los trabajadores contra aquellas condiciones de trabajo que generan daños que sean consecuencia, guarden relación o sobrevengan durante el cumplimiento de sus labores; medidas cuya implementación constituye una obligación y deber de parte de los empleadores.
- **Prevención y protección contra siniestros:** Conjunto de actividades, medios y recursos que se desarrollan o emplean para prevenir, minimizar y controlar el riesgo y/o peligro presente.
- **Primeros auxilios:** Protocolos de atención de emergencia que se brindan a una persona que ha sufrido un accidente o enfermedad ocupacional.
- **Procesos, actividades, operaciones, equipos o productos peligrosos:** Aquellos elementos, factores o agentes físicos, químicos, biológicos, ergonómicos o mecánicos, que están presentes en el proceso de trabajo, según las definiciones y parámetros que establezca la legislación nacional, que originen riesgos para la seguridad y salud de quienes los desarrollen o utilicen.
- **Reglamento de seguridad y salud en el trabajo:** Conjunto de reglas de cumplimiento obligatorio por el personal de la Empresa y de terceros mientras permanezcan en sus instalaciones.
- **Seguridad:** Son todas aquellas acciones y actividades que permiten que el trabajador labore en condiciones seguras tanto ambientales como personales, con el fin de conservar la salud y preservar los recursos humanos y materiales.
- **Trabajador:** Toda persona, que desempeña una actividad de manera regular o temporal por cuenta ajena y remunerada o de manera independiente o por cuenta propia.

Artículo 4°.- Liderazgo, Compromiso y Políticas de Seguridad

4.1 Liderazgo

La Universidad se compromete a:

- Liderar y brindar los recursos para el desarrollo de todas las actividades en la organización y para la implementación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo a fin de lograr su éxito en la prevención de accidentes y enfermedades ocupacionales.
- Asumir la responsabilidad de la prevención de accidentes de trabajo y las enfermedades ocupacionales, fomentando el compromiso de cada trabajador mediante el estricto cumplimiento de disposiciones que contiene el presente reglamento.
- Proveer los recursos necesarios para mantener un ambiente de trabajo seguro y saludable.

- Establecer programas de seguridad y salud en el trabajo, definidos y medir el desempeño en la seguridad y salud llevando a cabo las mejoras que se justifiquen.
- Fomentar una cultura de prevención de los riesgos laborales para lo cual se inducirá, entrenará, capacitará y formará a los trabajadores en el desempeño seguro y productivo de sus labores.
- Promover capacitaciones constantes al personal administrativo y personal docente.

4.2 Política de Seguridad y Salud

La Universidad tiene como política: Garantizar y fomentar la seguridad y salud en el trabajo para contribuir con el desarrollo del personal en nuestra Institución, para lo cual se fomentará una cultura de prevención de riesgos laborales y un sistema de gestión que permita la protección de la seguridad y salud de todos los miembros de la comunidad universitaria. La Universidad está comprometida con el cumplimiento de los requisitos legales en materia de seguridad y salud en el trabajo vigentes en nuestro país. Considera que su capital más importante es su personal y es consciente de su responsabilidad social por lo que se compromete a generar condiciones para la existencia de un ambiente de trabajo seguro y saludable, a promover la participación de los trabajadores en los elementos del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, y a mejorar el desempeño del mismo.

4.3 Políticas de Seguridad y Salud en el Trabajo

La Universidad Peruana Austral del Cusco, ha establecido como objetivos de la Institución brindar sus servicios con adecuados estándares de seguridad y eficiencia. Considera que su capital más importante son los trabajadores, por lo cual es prioridad de la entidad brindar excelentes condiciones de Seguridad y Salud en el Trabajo, así como mantener al personal motivado y comprometido con la prevención de los riesgos del trabajo, para lo cual ha establecido las siguientes Políticas:

- Es responsabilidad de todos los integrantes de la Universidad prevenir y controlar accidentes.
- Es una prioridad identificar los peligros, evaluar y controlar los riesgos significativos de seguridad y salud en el trabajo.
- Es importante mantener las condiciones de higiene y limpieza en las instalaciones de la Institución, lo que contribuye al cuidado de la salud y comodidad de quienes las ocupan.
- El cumplimiento de la normativa legal aplicable a SST favorece la seguridad de sus trabajadores y de la Comunidad universitaria en general.
- Promover y motivar en todo el personal la prevención de los riesgos del trabajo en todas sus actividades, mediante la comunicación y participación en las medidas para el control de los mismos.

CAPÍTULO II

ATRIBUCIONES Y OBLIGACIONES

Artículo 5°.-

5.1 De La Universidad

La Universidad, asume su responsabilidad en la organización del Sistema de Gestión en Seguridad y Salud en el Trabajo; y, garantiza el cumplimiento de todas las obligaciones que sobre el particular establece la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo y su Reglamento, para lo cual:

- El empleador será responsable de la prevención y conservación del lugar de trabajo asegurando que esté construido, equipado y dirigido de manera que suministre una adecuada protección a los trabajadores, contra accidentes que afecten su vida, salud e integridad física.
- El empleador desarrollará acciones de sensibilización, capacitación y entrenamiento destinados a promover el cumplimiento por los trabajadores de las normas de seguridad y salud en el trabajo. Las capacitaciones se realizarán dentro de la jornada de trabajo, sin implicar costo alguno para el trabajador.
- El empleador proporcionará a sus trabajadores los equipos de protección personal de acuerdo a la actividad que realicen y dotará a la maquinaria de resguardos y dispositivos de control necesarios para evitar accidentes.
- El empleador promoverá en todos los niveles una cultura de prevención de los riesgos en el trabajo, mediante capacitaciones periódicas.
- Para el caso del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo: El empleador dará facilidades y adoptará medidas adecuadas que aseguren el funcionamiento efectivo del Comité de Seguridad en el Trabajo, y brindará la autoridad que requiera para llevar a cabo sus funciones.

5.2. De Los Trabajadores: En aplicación del principio de prevención, todo trabajador está obligado a cumplir las normas contenidas en este Reglamento y otras disposiciones complementarias, incluyendo al personal sujeto a los regímenes de intermediación y tercerización, modalidades formativas laborales y los que prestan servicios de manera independiente, siempre que éstos desarrollen sus actividades total o parcialmente en las instalaciones de la empresa, entidad pública o privada en lo que les resulte aplicable. En ese sentido, los trabajadores:

- Harán uso adecuado de todos los resguardos, dispositivos de seguridad y demás medios suministrados de acuerdo con lo dispuesto en el presente Reglamento, para su protección o la de terceros. Asimismo, cumplirán todas las instrucciones de seguridad procedente o aprobada por la autoridad competente, relacionadas con el trabajo.
- Deberán informar a su jefe inmediato, y estos a su vez a la Instancia Superior, de los accidentes e incidentes ocurridos por menores que estos sean.
- Se abstendrán de intervenir, modificar, desplazar, dañar o destruir los dispositivos de seguridad o aparatos destinados para su protección y la de terceros; asimismo, no modificarán los métodos o procedimientos adoptados por la Institución.
- Participarán en las capacitaciones periódicas que realice el comité de salud y seguridad en el trabajo.
- Mantendrán condiciones de orden y limpieza en todos los lugares y actividades.
- Se someterán a los exámenes médicos a que estén obligados por norma expresa, siempre y cuando se garantice la confidencialidad del acto médico.

5.3. Responsabilidades Del Comité Y Del Supervisor De Seguridad Y Salud En El Trabajo

La **UNIVERSIDAD PERUANA AUSTRAL DEL CUSCO** tendrá un Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, que contará con un libro de actas donde se registren las sesiones, acuerdos y plazos de cumplimiento de los acuerdos; establecidos en cada sesión. Y tendrán las siguientes responsabilidades:

- a) Aprobar el Programa Anual de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- b) Vigilar el cumplimiento del Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo de la Institución.

- c) Investigar las causas de todos los incidentes, accidentes y de las enfermedades ocupacionales que ocurran en el centro de trabajo, emitiendo las recomendaciones, respectivas para evitar la repetición de los mismos.
- d) Verificar el cumplimiento de la implementación de las recomendaciones, así como la eficacia de las mismas.
- e) Hacer visitas de inspección periódicas a las áreas administrativas, operativas, instalaciones, almacenes, maquinaria y equipos, en función de la Seguridad y Salud en el Trabajo.
- f) Hacer recomendaciones para el mejoramiento de las condiciones relacionadas con la Seguridad y Salud en el Trabajo, verificar que se lleven a efecto las medidas acordadas y evaluar su eficiencia.
- g) Promover, mediante la comunicación eficaz, la participación de todos los trabajadores en la prevención de los riesgos del trabajo, en la solución de los problemas de seguridad y en las demás actividades relacionadas como la inducción, la capacitación, el entrenamiento, concursos, simulacros, etc.,
- h) Llevar las estadísticas de los incidentes, accidentes y enfermedades ocupacionales ocurridos en la Empresa cuyo registro y evaluación deben ser constantemente actualizados.
- i) Asegurar que todos los trabajadores reciban una adecuada formación sobre seguridad y salud en el trabajo.
- j) Colaborar con los servicios médicos y de primeros auxilios.
- k) Llevar en el Libro de Actas el control del cumplimiento de los acuerdos y propuestas del Comité.
- l) Reunirse mensualmente en forma ordinaria para analizar y evaluar el avance de los objetivos establecidos en el programa anual, y en forma extraordinaria para analizar los accidentes graves o cuando las circunstancias lo exijan.
- m) Aprobar el Reglamento Interno de Seguridad y Salud de la Institución.
- n) Organizar capacitaciones periódicas sobre Salud y seguridad en el trabajo para los integrantes de la Universidad.

5.4 Funciones del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo y del Asesor de Seguridad y Salud en el Trabajo:

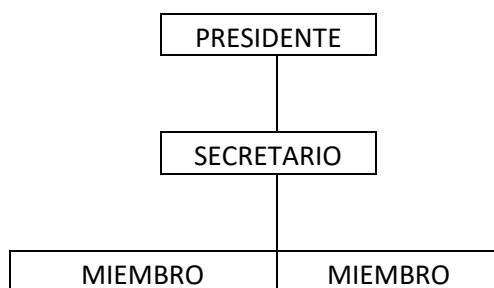
- a. Deberán elaborar y presentar al Gerente General de la UNIVERSIDAD PERUANA AUSTRAL DEL CUSCO (Gerente General), los reportes de los accidentes de trabajo, así como los informes de investigación de cada accidente ocurrido y las medidas correctivas adoptadas.
- b. Colaborarán con los Inspectores del Trabajo de la Autoridad Competente o fiscalizadores autorizados cuando efectúen inspecciones a la Empresa.
- c. El Comité tiene carácter promotor, consultivo y de control en las actividades orientadas a la prevención de riesgos y protección de la salud de los trabajadores.
- d. Propiciarán la participación activa de los trabajadores y la formación de éstos, con miras a lograr una cultura preventiva de seguridad y salud en el trabajo, y promoverán la resolución de los problemas de seguridad y salud generados en el trabajo.
- e. El Comité podrá solicitar asesoría de la autoridad competente en seguridad y salud en el trabajo para afrontar problemas en la Institución relacionados con la prevención de riesgos en el trabajo, de acuerdo a las disposiciones legales vigentes.
- f. Garantizarán que todos los nuevos trabajadores reciban una adecuada formación instrucción y orientación sobre seguridad y salud en el trabajo.
- g. Harán recomendaciones pertinentes para evitar la repetición de accidentes.

- h. Cuidarán que todos los trabajadores conozcan los reglamentos, instrucciones, avisos y además elaborarán y difundirán material escrito y gráfico relativo a la prevención de los riesgos laborales en la Institución.
- i. Reportar a la Gerencia General:
 - Reporte de manera inmediata accidentes graves o fatales.
 - Reporte de la investigación de accidentes graves o fatales y medidas correctivas implementadas dentro de los diez (10) días de ocurrido el evento.
 - Reportes trimestrales de estadísticas de accidentes, ocurridos en la institución.
 - Actividades trimestrales realizadas por el CSST.
 - Las capacitaciones periódicas a los integrantes de la Universidad.

5.5 Organigrama del Comité

El organigrama es la representación gráfica de la estructura orgánica del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo de LA UNIVERSIDAD PERUANO AUSTRAL DEL CUSCO, servirá para el estudio y análisis de la organización en cuanto a la Seguridad y Salud en el Trabajo, así como para prever e implementar los posibles cambios. El Comité estará conformado por 2 integrantes designados por la universidad y 2 integrantes elegidos por los trabajadores. El periodo de designación o elección será de dos años.

ORGANIGRAMA DEL COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



Son los trabajadores quienes deben elegir a sus representantes para integrar el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Los miembros del Comité de Seguridad deberán actuar como coordinadores en los Sub Comités de su área. Los Sub Comités estarán constituidos por trabajadores de cada área.

5.6 Programas.

El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, en coordinación con la Gerencia General, elaborará programas de trabajo en función de los objetivos contenidos en el presente Reglamento y con otros elementos que garanticen un trabajo preventivo y sistemático contra los riesgos existentes en el centro de trabajo.

Después de haber analizado y fijado objetivos correspondientes a determinadas condiciones de Seguridad y Salud en el Trabajo, se establecerán prioridades para su ejecución.

Artículo 6°. - De las Empresas que Brindan Servicios

Toda Empresa que preste servicios a LA UNIVERSIDAD PERUANA AUSTRAL DEL CUSCO deberá:

- a. Cumplir con los dispositivos legales vigentes, así como con el presente Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- b. Capacitar y entrenar a sus trabajadores en materia de seguridad y salud en el trabajo.

- c. Suministrar a sus trabajadores los equipos de protección personal adecuados a las labores que desempeñen.
- d. Contar con un responsable de Seguridad y Salud en el Trabajo, que deberá acreditar conocimientos y experiencia en la materia, quien será el coordinador del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo o asesor de la Universidad.
- e. Brindar facilidades a los miembros del Comité de seguridad y Salud en el Trabajo o al Coordinador SST para el desarrollo de sus funciones, cuando corresponda de acuerdo con el cronograma elaborado.

Artículo 7°.- Supervisión y Evaluación. El Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo, supervisará y evaluará los resultados obtenidos de todas las actividades realizadas en el mejoramiento de las condiciones de Seguridad y Salud y dictará las medidas correctivas.

La Institución dará todo el apoyo para la ejecución del programa, cronogramas, supervisión y evaluación a través del:

- a. Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo: Cuya función es asesorar y recomendar en asuntos de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- b. El Jefe o responsable de cada Área ejecutan las tareas y supervisan que el personal cumpla con las medidas de Seguridad y Salud en el Trabajo.

El trabajador bajo cualquier modalidad de contratación, ejecuta su trabajo cumpliendo con las medidas de Salud y Seguridad en el Trabajo, así como, usa y cuida los bienes de la Institución que son condiciones de trabajo (equipos de protección personal, entre otros.).

Artículo 8°.- Implementación de Registros y Documentación del Sistema de Gestión. Para la evaluación del sistema de gestión la Empresa deberá tener los siguientes registros:

- a. El Registro de Accidentes de Trabajo, Incidentes Peligrosos y otros Incidentes (en el que deberá constar la investigación y las medidas correctivas adoptadas).
- b. El Registro de Enfermedades Ocupacionales.
- c. El Registro de Exámenes Médicos Ocupacionales.
- d. El Registro de Inspecciones Internas de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- e. El Registro de Estadísticas de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- f. El Registro de Equipos de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- g. El Registro de Inducción, Capacitación, Entrenamiento y Simulacros de Emergencia.
- h. Registro de Auditorias.

CAPÍTULO III

ESTÍMULOS INFRACCIONES Y SANCIONES

Artículo 9°.- De los Estímulos. Los trabajadores de LA UNIVERSIDAD PERUANA AUSTRAL DEL CUSCO que hayan contribuido en la mejora de la Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo recibirán estímulos o reconocimientos, considerando los siguientes factores:

- a. Cumplimiento de los Estándares de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- b. Número de Condiciones de riesgo e incidentes identificados y comunicados.
- c. Identificación de las causas que originaron los incidentes.
- d. Mayor número de alternativas de solución presentadas.

Artículo 10°.- De las Infracciones.

- 10.1 Son infracciones al Reglamento de Seguridad y Salud en el Trabajo los incumplimientos de las normas, dispositivos o estándares definidos en el presente reglamento.

10.2 Todas las infracciones son objeto de sanción y se clasifican de acuerdo al tipo de incumplimiento y cantidad de trabajadores afectados, en leves, graves y muy graves.

10.3 Se considera como **Infracción Leve** lo siguiente:

- a. La falta de orden y limpieza del ambiente de trabajo de la que no se derive riesgo para la integridad física o salud de los trabajadores.
- b. No reportar oportunamente los incidentes.
- c. No asistir a la capacitación programada en SST.
- d. No asistir a los exámenes médicos programados de carácter obligatorio en SST.
- e. No adoptar las disposiciones, recomendaciones o medidas en SST.

10.4 Se considera como **Infracciones Graves** las siguientes:

- a. Obstaculizar o impedir el desarrollo y aplicación del Programa de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- b. No informar a los trabajadores de los riesgos a que están expuestos durante la ejecución de su labor.
- c. No entregar a los trabajadores los Equipos de Protección Personal (EPP).
- d. Asignar trabajos a personal que no posea la calificación adecuada.
- e. No supervisar o no disponer la supervisión de los trabajos asignados.

10.5 Se considera como **Infracción Muy Grave** lo siguiente:

- a. Cualquier acto de imprudencia o negligencia que cause la muerte o lesión muy grave a un trabajador.
- b. Proporcionar información inexacta de forma deliberada durante el proceso de análisis e investigación del accidente.
- c. No paralizar ni suspender de forma inmediata los trabajos con riesgo inminente o reanudarlos sin haber subsanado previamente las causas que motivaron dicha paralización.
- d. No utilizar los EPP, o hacerlo en forma inadecuada.

Artículo 11°.- Sanciones

11.1 Los trabajadores de la Empresa que malogren, pierdan, alteren o perjudiquen ya sea por acción incorrecta u omisión, cualquier sistema, equipo o implemento de trabajo y/o deteriore la edificación o infraestructura, serán sancionados.

Asimismo, los infractores del presente Reglamento serán sancionados por la entidad de acuerdo a la gravedad de la falta, previa evaluación por el Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

a. Las sanciones al personal de la entidad serán las siguientes:

1. Amonestación verbal.
2. Amonestación escrita.
3. Suspensión.
4. Despido.

b. Las medidas sobre el personal de empresas contratistas, serán determinadas por la Gerencia General, previa recomendación del Comité de SST.

c. Los usuarios y visitantes que infrinjan el presente Reglamento se les prohibirá el ingreso a las instalaciones de la entidad.

11.2 Las sanciones, a las que se refiere el artículo anterior son sin perjuicio de la responsabilidad civil o penal que originen los actos sancionados. Responsabilidades que se establecerán y penalizarán conforme a las leyes respectivas.

CAPÍTULO IV

ESTÁNDARES DE SEGURIDAD Y SALUD EN LOS LUGARES DE TRABAJO

Artículo 12°. - Disposiciones Generales de Seguridad y Salud en el Trabajo

1. Mantener el orden y la limpieza.
2. Mantener los pasadizos libres de obstáculos para el libre tránsito de personas.
3. No fumar y/o abrir fuego abierto.
4. Dejar los pasillos limpios y ordenados; no arrumar materiales y otros en las vías de escape.
5. Almacenar los materiales de limpieza en los lugares establecidos y señalizados.
6. Mantener libre de obstáculos el acceso a los equipos de emergencia, tales como, extintores, camilla, etc.
7. Cumplir y respetar lo indicado en las señales de seguridad.

Artículo 13°. - Disposiciones Específicas de Seguridad y Salud en el Trabajo

13.1 Estándares de Seguridad en oficinas:

1. Usar ropa de trabajo adecuada, acorde con la naturaleza de su trabajo.
2. No colocar cerca de los bordes de escritorios o mesas, artefactos como: teléfonos, máquinas y/o equipos de oficina.
3. Desconectar los equipos eléctricos antes de limpiarlos.
4. No limpiar las máquinas con líquidos inflamables.
5. Si alguna máquina o equipo eléctrico produce chispas, humo o choque eléctrico, desconectar e informar rápidamente.
6. No dejar las gavetas de los escritorios abiertas, se deberán cerrar inmediatamente después de haberlas usado.
7. Evitar inclinarse hacia atrás en las sillas.
8. No manipular con las manos húmedas los artefactos eléctricos de limpieza.
9. Evitar colocar en el piso los cables eléctricos o de teléfono sin protección.
10. Guardar en gavetas los lápices afilados, cortapapeles, tijeras, alfileres y otros objetos punzantes.
11. Desconectar las estufas, equipos de ventilación, calefactores, hervidores, máquinas de preparar café entre otros, al finalizar la jornada de trabajo.
12. El trabajador es responsable del cuidado de los bienes y recursos que le son confiados para el desarrollo de su trabajo.

13.2 Seguridad en el uso de Computadoras

Coloque su monitor frente a Ud., sin que su cabeza tenga que dar giros laterales.

La parte superior de los monitores deben estar a la altura de la vista de los usuarios.

- a. Evitar reflejos de la luz sobre la pantalla del monitor:
 1. Disponer la pantalla de forma vertical para que no refleje los puntos de luz o los fluorescentes del techo.
 2. Colocar la pantalla en dirección paralela a las ventanas, para evitar el reflejo sobre la misma y que la luz que entra del exterior incida directamente sobre los ojos.
- b. Mantener una postura de sentado, que permita comodidad en el trabajo.
- c. Regular la altura de la silla o de la superficie de trabajo, de forma que los antebrazos queden paralelos al suelo y las muñecas no se doblen.
- d. Adoptar una posición relajada y erguida. Evitar inclinarse hacia adelante o hacia atrás.
- e. Colocar los pies de forma plana sobre el suelo.
- f. La zona lumbar debe quedar cómodamente apoyada.
- g. La distancia entre el ojo y la pantalla no debe ser menos de 45 cm.

- h. Durante el trabajo con Computadoras personales pueden producirse molestias en la nuca, cabeza, brazos y columna vertebral como resultado de posturas excesivamente estáticas y a veces, forzadas, para lo cual se recomienda interrumpir el trabajo brevemente cada cierto tiempo, incluso realizar algunos ejercicios de relajación y estiramiento.
- i. No beba cerca o junto a equipos o sistemas eléctricos, los cual incluye computadores.

CAPÍTULO V

MEDIDAS ESPECÍFICAS DE HIGIENE OCUPACIONAL DE LOS LOCALES DE TRABAJO

Artículo 14° . - Control de los Agentes Físicos

14.1 Iluminación y colores

- 1. La Institución dotará de una iluminación natural o artificial adecuada a todas sus instalaciones. Según sea el caso, mantendrá limpios los vidrios de las ventanas y claraboyas para procurar siempre una adecuada iluminación natural.
- 2. Las paredes serán de colores claros que reflejen cuando menos el 50 % de la luz incidente, evitándose aquellos colores que por claridad pueden dar efectos de deslumbramiento.
- 3. Todos los lugares y en general los espacios interiores de la Institución estarán provistos de iluminación artificial cuando la natural sea insuficiente.

Artículo 15° . - CONDICIONES AMBIENTALES

15.1 Temperatura; Suministro de aire; evacuación/eliminación de gases

- 1. En los locales cerrados, se mantendrá una temperatura adecuada al tipo de trabajo que se ejecute.
- 2. Toda emanación, gases, polvo y vapores producidos o desprendidos serán extraídos en lo posible de su lugar de origen y no se permitirá que se dispersen en el ambiente del lugar de trabajo.
- 3. En el local de trabajo se mantendrá por medio natural y/o artificial, condiciones ambientales adecuadas para evitar el insuficiente suministro de aire; aire detenido o viciado y corrientes de aire dañinas.

Artículo 16° . - CONSERVACIÓN DE LOS LOCALES DE TRABAJO: OFICINAS Y OTROS

16.1 Agua y desagüe

- 1. La Institución garantizará el suministro de agua para ser utilizado en los servicios higiénicos y para el consumo humano.
- 2. Las líneas de desagüe de la Institución estarán conectadas a la red pública.

16.2 Limpieza de los puestos de trabajo:

Oficinas:

- 1. Los trabajadores antes de finalizar la jornada de trabajo deberán dejar limpios y ordenados sus puestos de trabajo.
- 2. Al término de la jornada diaria, toda documentación de carácter confidencial y/o reservado deberá ser guardada por el usuario. La parte superior de los escritorios y muebles de los trabajadores deberán quedar ordenados.
- 3. La limpieza y mantenimiento de equipos, paredes, techos, lunas de ventanas, etc., se efectuará periódicamente.

CAPÍTULO VI

ESTÁNDARES DE SEGURIDAD EN LOS SERVICIOS Y ACTIVIDADES CONEXAS

Artículo 17°. - **Requisitos de espacio.** Los locales de trabajo de la Empresa cumplirán con lo establecido en el Reglamento Nacional de Edificaciones.

Artículo 18°. - **Ocupación del piso y lugares de tránsito.**

1. En ningún local de trabajo se acumulará maquinarias y/o materiales en los pisos, de tal modo que resulte peligroso para los trabajadores.
2. Los lugares de tránsito estarán libres de todo tipo de obstáculos, tales como materiales, insumos, entre otros, con los que los trabajadores puedan tropezar o dificultar su desplazamiento.
3. En las escaleras, rampas, plataformas de ascensores y lugares semejantes, donde los resbalones pueden ser especialmente peligrosos se colocarán superficies antirresbaladizas.

Artículo 19°. - **Aberturas en pisos y paredes.**

1. Las aberturas en los pisos por donde una persona pueda transitar accidentalmente, estarán resguardadas y señalizadas con barandas permanentes, en todos los lados expuestos o por cubiertas metálicas o de concreto de resistencia adecuada.
2. Las barandas estarán construidas en forma permanente y sólida, serán de madera, tubos u otros materiales de suficiente resistencia y tendrán por lo menos 0.90 metros desde la parte superior al nivel del piso.

Artículo 20°. - **Escaleras.**

1. Las escaleras cumplirán con lo establecido en el Reglamento Nacional de Edificaciones.
2. Todas las escaleras que tengan más de cuatro peldaños se protegerán con barandas en todo lado abierto; y las que fueran encerradas, llevarán por lo menos un pasamano.

Artículo 21°. - **Ascensores.**

1. La Institución será responsable del mantenimiento y conservación de los ascensores, así como de las inspecciones periódicas a que deben estar sujetos, por personal competente a fin de mantenerlos en condiciones seguras de trabajo.
2. Los ascensores, deberán ser suficientemente resistentes y seguros y llevarán en forma notoriamente visible una indicación de la carga máxima que pueden soportar. Las puertas de acceso en los diferentes pisos de los ascensores, deberán ser adecuadamente protegidas y dispondrán de dispositivos que aseguren la imposibilidad de su apertura, mientras la cabina no se halle a nivel del piso correspondiente a la respectiva puerta de acceso.

Artículo 22°. - **Patios.**

1. Los patios estarán nivelados, para facilitar la seguridad del tránsito de personas, materiales, equipos, entre otros.
2. Las zanjas, canaletas y otras aberturas peligrosas, tendrán cubiertas resistentes y estarán cercadas o rodeadas con resguardos adecuados.
3. La puerta de ingreso y salida de los trabajadores y público en general sólo debe usarse para el tránsito de éstos.

Artículo 23°. - **Seguridad Contra Accidentes Causados por la Electricidad.**

23.1 Condiciones Específicas de la Instalación.

Conductores eléctricos:

Los cables eléctricos deberán estar:

1. Protegidos con una cubierta de caucho duro u otro material equivalente.

2. Conservados en buenas condiciones, especialmente en lo que concierne a aislamiento, enchufes y demás conexiones.
3. Los conductores eléctricos deberán tener el aislamiento y/o revestimiento aislante que cumpla con lo establecido en el Código Nacional de Electricidad.

23.2 Herramientas Manuales y Equipos.

1. Los alicates, destornilladores, saca fusibles y demás herramientas manuales similares, utilizados en trabajos eléctricos serán convenientemente aislados.
2. Las ranuras de ventilación de las cubiertas de los transformadores, estarán dispuestas de tal manera que ningún elemento sea accesible a través de dichas ranuras.

23.3 Peligros Derivados del Uso de la Energía Eléctrica.

1. **Contacto directo.** Evitar el contacto de personas con partes activas o bajo tensión, sea que estén en servicio normal o en mantenimiento.
2. **Contacto indirecto.** Evitar el contacto de personas con partes metálicas de un aparato o equipo, puestas accidentalmente bajo tensión.

23.4 Medidas de Seguridad Contra Contactos Directos

1. **Distancias mínimas.** Las partes activas o bajo tensión estarán separadas del lugar donde las personas se encuentran habitualmente, de tal forma que sea imposible un contacto fortuito con las manos o por la manipulación de objetos conductores cuando éstas se utilicen habitualmente cerca de la instalación.
2. **Interposición de obstáculos.** Se interpondrán obstáculos a fin de impedir todo contacto con las partes activas de la estación eléctrica, dichos obstáculos estarán fijados en forma segura y resistirán los esfuerzos mecánicos usuales que puedan presentarse.
3. **Recubrimientos.** El recubrimiento de las partes activas de una instalación eléctrica se realizará por medio de un aislamiento apropiado, capaz de conservar sus propiedades con el correr del tiempo.

23.5 Medidas de Seguridad Contra Contactos Indirectos.

Puesta a Tierra. Todas las máquinas de la Institución, estarán conectadas por medio de un conductor metálico a un electrodo enterrado en el suelo que permita el paso a tierra de la corriente eléctrica en caso de un fallo. Esta puesta a tierra estará asociada a un dispositivo de corte de electricidad que consistirá en un fusible cortocircuito.

Artículo 24° - Señales de Seguridad.

1. El objeto de las señales de seguridad será el de hacer identificar a los trabajadores con la mayor rapidez posible, la posibilidad de accidente, el tipo de accidente y también la existencia de circunstancias particulares.
2. Las señales de seguridad estarán de acuerdo a los estándares y normas técnicas, su tamaño será congruente con el lugar donde se colocan o el tamaño de los objetos, dispositivos o materiales a los cuales se fijan, a fin de que puedan ser identificadas por los trabajadores desde una distancia segura.

Artículo 25° - Aplicación de símbolos y colores en los tipos de señales de seguridad.

1. Las señales de prohibición tendrán fondo de color blanco; la corona circular y la barra transversal serán de color rojo; el símbolo de seguridad será negro, estará ubicado en el centro y no se superpondrá a la barra transversal. El color rojo cubrirá como mínimo el 35% de la señal.
2. Las señales de advertencia tendrán fondo de color amarillo; la banda triangular será negra; el símbolo de seguridad será negro y estará ubicado en el centro. El color amarillo cubrirá como mínimo el 50% de área de la señal.

3. Las señales informativas se utilizarán en equipos de seguridad en general, rutas de escape. Las formas de las señales informativas serán cuadradas o rectangulares, según convenga a la ubicación del símbolo o del texto. El símbolo o texto será blanco con fondo verde. El color verde cubrirá como mínimo el 50% del área de la señal.
4. Las señales de obligatoriedad deben tener forma redonda, pictograma blanco sobre fondo azul, el azul deberá cubrir como mínimo el 50% de la superficie de la señal. Los pictogramas deben ser lo más sencillo posibles, evitando detalles inútiles para su comprensión. Estas señales informativas se utilizarán para informar el uso obligatorio de equipos de protección personal entre otros.

Artículo 26°. - Servicio de vigilancia. El personal que presta servicio de vigilancia deberá cumplir como mínimo lo siguiente:

- a. Utilizar el uniforme reglamentario del servicio.
- b. Contar con la respectiva licencia si es que porta armas de fuego.
- c. El personal que presta servicio de vigilancia deberá cumplir con lo siguiente en relación con los trabajadores y personas visitantes que ingresen a la institución:
 1. Toda persona que ingrese o salga de las instalaciones de la entidad portando maletas, maletines o paquetes, está obligado a mostrar el contenido del mismo al personal de vigilancia, para verificar que no esté pasando productos peligrosos para la Empresa.
 2. Todo vehículo de la entidad o de particulares que ingrese o salga de las instalaciones, será inspeccionado por el personal de vigilancia.
 3. Está terminantemente prohibido el ingreso de las personas en estado etílico o bajo la influencia de drogas o sustancias alucinógenas.
 4. Todo visitante está obligado a identificarse con su DNI, ante el personal de vigilancia, a su solicitud, antes de ingresar a la empresa.
 5. Todo trabajador está obligado a mostrar su Identificación dentro de la UNIVERSIDAD PERUANA AUSTRAL DEL CUSCO al personal de vigilancia antes de ingresar a las instalaciones y portarlo en un lugar visible.

Artículo 27°.- Escaleras De Mano.

1. Las escaleras se conservarán siempre en buenas condiciones y serán inspeccionadas regularmente por personas competentes.
2. No se deberán emplear las escaleras de pasos (o tijera) o las de caballetes que tengan más de 6 m. de altura.
3. No se utilizarán escaleras de mano que tengan rajaduras o que les falten peldaños.

CAPÍTULO VII

SERVICIOS DE BIENESTAR Y OTROS

Artículo 28°.- Servicios Higiénicos. La Institución dotará de servicios higiénicos adecuados y separados para cada sexo. Los sanitarios serán de loza o material similar. Los servicios higiénicos se mantendrán permanentemente limpios y desinfectados.

Artículo 29°.-Vestuario. La entidad brindará ropa de trabajo específica y/o equipos de protección personal, de acuerdo a la actividad que realiza el trabajador.

CAPÍTULO VIII

ENFERMEDADES DE ORIGEN OCUPACIONAL

Artículo 30.- Enfermedad Ocupacional

1. Se considera enfermedad ocupacional a todo estado patológico crónico que sufra el trabajador y que sobrevenga como consecuencia de la clase de trabajo que desempeña o hubiese desempeñado.
2. No se considera enfermedad ocupacional las dolencias de carácter endémico que prevalecen y se adquieren en el lugar donde se presta el trabajo.
3. Ante la certificación médica de enfermedad ocupacional reconocida oficialmente, el trabajador será cambiado de colocación o de puesto de trabajo y será sometido al tratamiento médico pertinente.

Artículo 31°.- Prevención De Riesgos Ergonómicos

1. Evitar adoptar posturas incorrectas tales como: Sentarse sobre una pierna, sentarse con las piernas cruzadas o sujetar el auricular con el hombro.
2. Evitar movimientos inadecuados como: Girar sobre la silla mediante movimientos bruscos del tronco, en lugar de hacer el giro con ayuda de los pies. Forzar la posición para alcanzar objetos distantes, en lugar de levantarse para cogerlos.
3. La pantalla, el teclado, y los documentos escritos, deben situarse a una distancia alejada de los ojos de entre 45 y 55 cm., para evitar la fatiga visual.
4. Las sillas tendrán base estable y regulación de altura. El respaldo lumbar será ajustable en inclinación y, si el uso de la pantalla es prolongado, también ajustable en altura.
5. La pantalla debe estar entre 10° y 60° por debajo de la línea horizontal marcada por la altura de los ojos del operador de manera paralela al piso.
6. Realizar breves paradas o alternar las tareas, si se mantiene una actividad prolongada frente a la pantalla. Hacer ejercicios de relajación, en caso de fatiga muscular, o durante las pausas.

CAPÍTULO IX

PREPARACIÓN Y RESPUESTA PARA CASOS DE EMERGENCIAS

Artículo 32°.- Organización de Emergencia. LA UNIVERSIDAD PERUANA AUSTRAL DEL CUSCO, al presentarse una emergencia, debe estar preparado para movilizar todos los recursos necesarios en tiempo oportuno, con el fin de reducir al mínimo el impacto causado por la emergencia y tipo de riesgo.

Artículo 33°.- Estándares para casos de emergencias

33.1 Reporte de una Emergencia

- Los reportes luego de la emergencia deberán realizarse en el menor tiempo posible.
- Recomendaciones para el reporte:
 - Sea breve y objetivo.
 - Procure el apoyo de otras personas.

33.2 Acciones para Casos de Emergencia

Las acciones para casos de emergencia son las siguientes:

Antes:

- Conozca su zona de seguridad.
- Mantenga libre de obstáculos los pasadizos hacia las salidas.
- Mantenga todas las puertas operativas y libres de obstáculos.

Durante:

- Mantenga la calma, camine rápido pero no corra.
- Evacue el edificio en forma ordenada, por la salida más cercana a su puesto de trabajo.
- Diríjase a su Área de Seguridad.
- Ubíquese alrededor del círculo de su zona de seguridad.
- Informe a su Jefe si falta alguna persona en su zona de seguridad.
- Informe a su Jefe, la ubicación de personas atrapadas o heridas.
- Espere el comunicado de la Entidad para retornar a su puesto de trabajo.

Después:

- Retorne a su puesto de trabajo.
- Informe a su Jefe si se tienen daños en su puesto de trabajo.

Artículo 34°.- Prevención de incendios

Condiciones de los edificios. Los edificios o instalaciones de la Empresa que se reconstruyan o remodelen, se deben ceñir a lo especificado por el reglamento de seguridad para construcciones civiles, debiendo ser de material resistente, combustión lenta y riesgo moderado de incendio.

34.1 Pasillos, pasadizos y corredores.

1. Donde no se disponga de acceso inmediato a las salidas, se dispondrá de pasadizos o corredores continuos y seguros que tengan un ancho libre no menor de 1.12 metros.
2. El ancho de todo pasadizo será calculado de tal manera que en ningún caso de emergencia puedan ocurrir aglomeraciones de personas.
3. Nunca obstaculizar los recorridos y salidas de evacuación, así como la señalización y el acceso a extintores, cuadros eléctricos y tomas de agua.

34.2 Escaleras, puertas y salidas.

1. Todos los accesos a las escaleras que puedan ser usadas como medios de salida, serán marcados de tal modo que la dirección de salida sea clara.
2. Ninguna puerta de acceso al edificio estará cerrada, asegurada o fija, de manera que no pueda abrirse y permitir la salida durante el periodo de ocupación. El ancho mínimo de todas las puertas será de 1.12 metros.
3. Las puertas y pasadizos de salida deben ser suficientes y seguros, dispuestos de tal manera que todas las personas que ocupen los lugares de trabajo puedan abandonarlos tan pronto ocurra una emergencia. El ancho mínimo de las salidas será de 1.12 metros.
4. Las puertas y pasadizos de salida serán claramente marcados con señales que indiquen la vía de salida y estarán ubicados de tal manera que sean fácilmente identificables y accesibles, aún en el caso de que se carezca de iluminación artificial o natural.

Artículo 35°.- Protección contra incendios

1. Condiciones Generales

- a. La Institución tendrá los equipos necesarios para la extinción de incendios, además se entrenará a los trabajadores en el uso correcto de estos equipos.
- b. El equipo y las instalaciones que presenten riesgo de incendio, se construirán e instalarán de tal manera que sea fácil su aislamiento en caso de incendio.

2. Agua: Abastecimiento, uso y equipo.

- a. La Institución proporcionará abastecimiento y presión de agua adecuados, para extinguir incendios de materiales combustibles ordinarios.
- b. Las bombas contra incendios estarán situadas o protegidas de tal modo que no se interrumpa su funcionamiento cuando se produzca un incendio en la Empresa.

- c. Las tomas de agua contra incendio deberán contar con las conexiones necesarias en cada toma; y las mangueras tendrán boquillas que permitan que el agua salga en forma de chorro y neblina, graduables y con una descarga mínima de 50 galones por minuto (GPM) y máxima de 125 GPM .
- d. No se empleará el agua en incendios que impliquen equipos eléctricos.

3. Extintores Portátiles

La Institución tendrá extintores de polvo químico seco, anhídrido carbónico y de otros agentes extintores, para la extinción de incendios de tipo A, B y C.:

35.1 Clasificación de Fuego:

1. **Tipo A:** Sólidos que arden, por ejemplo, madera, telas y papel. Esta clase de fuego requiere de agentes extintores absorbentes del calor como agua, polvo químico seco (PQS), agente halogenado u otro agente que interrumpa la reacción en cadena.
2. **Tipo B:** Líquidos combustibles e inflamables. Estos fuegos pueden extinguirse removiendo el combustible o el oxígeno, por enfriamiento, o interrumpiendo la reacción en cadena. Agentes extintores: Espuma formante de película acuosa (AFFF), espuma floco proteínica (FFFP), dióxido de carbono, químicos secos y agentes halogenados.
3. **Tipo C:** Equipos eléctricos energizados. Este tipo de fuego necesita combatirse únicamente con agentes extintores que no conduzcan electricidad. Agente extintor: Dióxido de carbono y químicos secos.

35.2 Todos los extintores se colocarán en lugares visibles y de fácil acceso, colgados o a nivel del suelo y señalizados. La inspección deberá ser mensual.

35.3 Los extintores serán recargados de acuerdo a las especificaciones técnicas y normas legales o tan pronto hayan sido utilizados.

Artículo 36°.- Almacenamiento de Sustancias Inflamables

36.1 Líquidos inflamables

1. El almacenamiento de sustancias inflamables u otros materiales peligrosos, se efectuará en lugares adecuados construidos de material noble resistente al fuego.
2. Se colocarán avisos preventivos en los lugares anteriormente descritos y los trabajadores estarán obligados a cumplir estrictamente con las disposiciones contenidas en los avisos de prevención de riesgos.

36.2 Disposición de Desperdicios

Acumulación y eliminación de desperdicios

1. No se permitirá que se acumulen en el piso desperdicios de material inflamable, material de embalaje, envases, entre otros. Estos desperdicios serán eliminados por lo menos una vez al día.
2. En las secciones o puestos de trabajo donde se tengan paños saturados de aceite o pintura u otros materiales sujetos a combustión espontánea, se dotará de recipientes para acumularlos y posteriormente retirarlos de la Institución.

36.3 Programación de simulacros de lucha contra incendios

El Comité de Seguridad en coordinación con el Comité de Defensa Civil realizará simulacros de lucha contra incendios, los que deben efectuarse, por lo menos, una vez al año con la participación de todo el personal, debiendo coordinarse, si fuera necesario, con las autoridades locales como el Cuerpo General de Bomberos del Perú, entre otros. Antes de la ejecución se deberá verificar la operatividad de los extintores.

Artículo 37°.- Instrucciones generales en casos de movimientos sísmicos

1. Mantener la calma y controlar el pánico.
2. Durante el movimiento y en oficinas, protegerse junto a un escritorio, columna, mesa o armario.
3. Alejarse de las ventanas y puertas de vidrio. Mantenerse listo para evacuar.
4. Tener calma y orientar al personal visitante que está atendiendo para que se dirijan a los puntos de reunión.
5. Pasado el sismo, la evacuación es automática; hacerlo de acuerdo a las instrucciones de los responsables de evacuación, dirigiéndose al punto de reunión. Si se percató de alguna persona herida informar inmediatamente.

Artículo 38°.- Instrucciones Generales para la Evacuación

1. Dada la orden de evacuación, la movilización hacia el punto de reunión asignado comenzará en orden, sin correr, sin gritar.
2. Obedecer la voz de mando de quien conduzca la evacuación. No empujarse ni dar indicaciones o realizar comentarios, que puedan ocasionar incertidumbre, confusión y temor al resto.
3. Al evacuar, tener cuidado de objetos que puedan caer o encontrarse en la ruta.
4. El personal femenino que usa zapatos de taco alto debe tener especial cuidado al caminar.
5. Si un evacuante cae, deberá tratar de levantarse inmediatamente para no provocar más caídas y amontonamientos; quienes se hallen cerca, deberán ayudar a levantarlo rápidamente.
6. Al llegar al punto de reunión, cada oficina o área se constituirá en orden para verificar si todos se encuentran presentes.
7. Si en los momentos de evacuación se encuentra a visitantes, indicarles la ruta y acciones a seguir para su rápida evacuación, al punto de reunión.

CAPÍTULO X

PRIMEROS AUXILIOS

Artículo 39°.- Generalidades. El objetivo principal de los primeros auxilios es el de evitar, por todos los medios posibles, la muerte o la invalidez de la persona accidentada.

Artículo 40°.- Reglas generales. Si usted detecta una persona que requiere atención, siga el siguiente procedimiento:

- Evite el nerviosismo o el pánico.
- Solicite ayuda a viva voz.
- No abandone, ni trate de movilizar a la víctima.

Artículo 41°.- Tratamiento

41.1 Masajes al corazón. Cuando se paraliza el corazón ya sea por shock eléctrico o asfixia siga las siguientes indicaciones:

1. Coloque a la víctima en posición horizontal, con la cara hacia arriba.
2. Coloque la base de la palma de la mano sobre el extremo del esternón con los dedos hacia el lado del corazón.
3. Presione el pecho hasta que se note que baja una a dos pulgadas aproximadamente, repita esta operación si fuera necesario y combine la respiración boca a boca con los masajes al corazón, hacer 5 masajes al corazón por cada soplo de aire, según como se realizó en las capacitaciones.

41.2 Respiración boca a boca. Siga las siguientes indicaciones:

1. Retire las materias extrañas de la boca de la víctima (mucosidad, alimentos, dentadura suelta, etc.) volteando la cabeza de la víctima a un lado y utilizando los dedos.
2. Levante el cuello de la víctima y coloque debajo de sus hombros una manta, frazada, etc. debidamente doblada, inclínele la cabeza hacia atrás tanto como pueda.
3. Agarre la mandíbula con el pulgar sobre el costado de la boca y tire hacia adelante, conserve esta posición para mantener abierto el paso del aire.
4. Cierre la nariz con su dedo pulgar o índice: Coloque su boca sobre la de la víctima y sople sellando la entrada con el pulgar de la otra mano; o cierre la boca de la víctima, respire hondo y sople por la boca o la nariz de la víctima hasta ver que el pecho se infle.
5. Retire la boca y verifique la salida del aire. A los adultos se les aplican unas doce respiraciones por minuto, para los niños unas 20 respiraciones por minuto, empleando inhalaciones menos profundas.
6. Si fracasan los primeros intentos para inflar los pulmones, gire a la víctima de lado y de unos golpes en el hombro intentando eliminar la obstrucción.

41.3 Heridas con Hemorragia. Siga las siguientes indicaciones:

1. Se puede parar o retardar la hemorragia, colocando una venda o pañuelo limpio sobre la herida y presionando moderadamente.
2. Si la hemorragia persiste aplique un torniquete (cinturón, pañuelo, etc.) según como se realizó en las capacitaciones.
3. Conduzca al herido al médico o al hospital.

41.4 Quemaduras. En caso de quemaduras actúe de la siguiente forma:

1. Si es de poca extensión, puede usarse un buen ungüento (Picrato de Butesin), cubriendo la quemadura con una gasa esterilizada. No aplique grasa o aceite lubricante sobre la quemadura.
2. Si es de gran extensión, hay que evitar el uso de ungüentos, los cuales pueden oponerse al tratamiento médico; envuelva al paciente con una frazada humectándola con suero fisiológico, échelo en una camilla y transpórtelo al médico.
3. Para quemaduras químicas, lave la lesión con agua corriente para retirar completamente el químico, después coloque un vendaje húmedo y lleve al accidentado al médico.
4. Cuando una sustancia química haya caído en los ojos, lávelos completamente con agua abundante, cubra los ojos con una venda que inmovilice los párpados y obtenga atención médica inmediatamente.

Artículo 42°.- Precauciones especiales para la atención y evacuación de víctimas.

1. Evite el nerviosismo y el pánico.
2. Dé la alerta a viva voz.
3. Comunique al Jefe del área el tipo de emergencia: Accidente de trabajo, incendio, entre otros eventos indeseados.
4. Nunca abandone a la víctima.
5. Con lesiones graves es indispensable el transporte en camilla.

Artículo 43°.- Material de primeros auxilios y otros. La Empresa abastecerá los botiquines de manera que siempre haya un stock permanente de los siguientes materiales:

1. Instrumentos: Tijeras, termómetro bucal, Baja lenguas, etc.
2. Vendajes: Gasa esterilizada, esparadrapo, curitas, algodón absorbente, tablillas de tamaños variados para fracturas, apósitos de diferentes tamaños.
3. Collarín cervical, guantes quirúrgicos.

4. Agua oxigenada, alcohol, alcohol yodado, aceptil rojo, colirio, jabón desinfectante, suero fisiológico, pomada para quemaduras, calmante del dolor (estómago, cabeza, muelas), antihistamínicos.
5. La entrega de las medicinas y materiales del botiquín será registrada en forma individual para cada trabajador que lo necesite.

43.1 El Botiquín y la camilla principal, estarán ubicados en un lugar apropiado dentro de las instalaciones de la entidad o en un lugar acondicionado dentro de la oficina.
El contenido de los botiquines será verificado quincenalmente por el Asesor del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo.

CAPÍTULO XI

ESTÁNDARES DE CONTROL DE LOS PELIGROS EXISTENTES Y RIESGOS EVALUADOS.

Artículo 44°.- Accidentes de trabajo

44.1 Se considera accidente de trabajo a toda lesión orgánica o funcional que en forma violenta o repentina sufran los trabajadores, debido a causas externas a la víctima o al esfuerzo realizado por ésta y que origine una reducción temporal o permanente en su capacidad de trabajo o produzca su fallecimiento.

También se consideran accidentes de trabajo:

1. El que sobrevenga al trabajador en la ejecución de órdenes del empleador aún fuera del lugar y las horas de trabajo.
2. El que sobrevenga antes, durante y en las interrupciones del trabajo, si el trabajador se hallase por razón de sus obligaciones laborales en el lugar de trabajo o en los locales de la Empresa.
3. El que sobrevenga por acción de terceras personas, del empleador o de otro trabajador durante la ejecución del trabajo.

Artículo 45°.- No se consideran accidentes de trabajo:

1. El provocado intencionalmente por el propio trabajador.
2. El que se produzca como consecuencia del incumplimiento por el trabajador accidentado de órdenes o métodos de trabajo adoptadas por la Institución.

Artículo 46°.- Investigación de accidentes

46.1 La investigación de un accidente, tendrá como fin determinar responsabilidades y describir las prácticas y condiciones peligrosas existentes, con el fin de evitar su repetición.

46.2 La toma de datos de la investigación de accidentes deberá incluir los siguientes puntos:

1. Breve descripción del procedimiento o trabajo que se ejecutaba al ocurrir el accidente.
2. Estudio de las estadísticas para descubrir si han tenido lugar otros accidentes similares.
3. Datos de identificación del o los trabajadores afectados, implicados en el accidente y de los testigos.
4. Datos relevantes del accidente.

CAPACITACIÓN Y ENTRENAMIENTO

Artículo 47°.- La capacitación y entrenamiento en seguridad y salud en el trabajo es un proceso permanente que involucra a todos los miembros de la Empresa y que tiene como objetivo la

optimización de las siguientes competencias: conciencia de seguridad, preservación de la salud y prevención de incidentes y accidentes de trabajo.

Artículo 48°.- Se aplicará un enfoque por competencias, implementando eventos de capacitación que permitan lograr las competencias generales (dirigidas a todos los trabajadores) y las competencias específicas.

- La capacitación y entrenamiento son impartidos mediante eventos (cursos, seminarios, conferencias, talleres, simulacros, etc.) debidamente documentados y que cumplen con los requisitos académicos necesarios para el logro de los objetivos de capacitación.
- La Universidad brindará capacitación y/o entrenamiento sobre los siguientes temas:
 1. Seguridad y Salud en el Trabajo;
 2. Seguridad en los procedimientos de trabajo, con énfasis en los riesgos de los procesos;
 3. Organización y funcionamiento del Comité SST;
 4. Uso y mantenimiento de equipos de protección (EPP);
 5. Prevención de accidentes y de enfermedades ocupacionales;
 6. Orden y Limpieza;

DISPOSICIONES FINALES

1. Los casos no previstos en el presente reglamento, se regirán conforme a las normas legales y/o normas técnicas existentes.
2. Es responsabilidad de la entidad, implementar la normatividad establecida en el presente reglamento, en coordinación con las diferentes Direcciones, Unidades y Oficinas.
3. **LA UNIVERSIDAD PERUANA AUSTRAL DEL CUSCO** a través del Comité de Seguridad y Salud en el Trabajo se reserva la facultad de dictar normas administrativas, disposiciones generales y complementarias que juzgue conveniente para la correcta aplicación del presente Reglamento de SST, en las circunstancias y oportunidad que lo considere.

Aprobada por resolución N°049-2020-UPAC-JGA-R, de fecha 01 de junio del 2020.