



## INSTRUCCIÓN

### UNA-PDRH-DISC-043-2022

**PARA:** Personas trabajadoras de la Universidad Nacional.

**DE:** Programa Desarrollo de Recursos Humanos

**ASUNTO:** Normas Generales de Salud Ocupacional sobre Espacios de Trabajo

**FECHA:** 06 de setiembre de 2022

Estimados (as) compañeros (as):

#### **PRIMERO: TIPO DE INSTRUCCIÓN (INSTRUCCIÓN NORMATIVA)**

#### **SEGUNDO: MARCO JURÍDICO**

1. Constitución Política de Costa Rica.
2. Título IV del Código de Trabajo de la República de Costa Rica.
3. Decreto N.º 39408-MTSS: Reglamento de Comisiones y Oficinas o Departamentos de Salud Ocupacional.
4. Directriz del presidente de la República de Costa Rica Carlos Alvarado Quesada N.º 030- MTSS del 30 de octubre del 2018.
5. Ley General de Salud. Reglamento General de Seguridad e Higiene de Trabajo.
6. Reglamento General de Seguridad en Construcciones.
7. Normas INTECO: Salud y Seguridad en el Trabajo.
8. INTE/ISO/TR 12295:2019.

#### **TERCERO: ALCANCE**

La presente instrucción de Normas Generales de Salud Ocupacional establece una serie de recomendaciones para la reducción del riesgo laboral, enfocadas en la minimización de la probabilidad de ocurrencia o bien en la reducción del impacto esperado, siendo una herramienta importante para la gestión preventiva institucional.

El documento forma parte de las acciones promovidas para el cumplimiento de lo establecido en el artículo 66 de la Constitución Política y para la mejora de las condiciones de trabajo y a la vez, constituye un insumo para cumplir con los criterios y estándares de calidad requeridos en los procesos de autoevaluación de



carreras con fines de acreditación, específicamente con los requisitos dispuestos en el Manual Oficial de Acreditación de Carreras de Grado del Sistema Nacional de Acreditación de la Educación Superior (SINAES).



Es relevante mencionar que este documento está compuesto por una serie de lineamientos técnicos generales, los cuales deben complementarse con los procedimientos específicos, ya que estos establecen criterios y regulaciones de mayor profundidad.

#### **CUARTO: RESPONSABILIDADES**

Personas trabajadoras de la Universidad Nacional.

#### **QUINTO: INSTRUCCIONES**

1. El diseño de los puestos de trabajo se desarrollará considerando las necesidades ergonómicas y antropométricas de las personas usuarias y las emanadas de las particularidades de la labor desempeñada.
2. Los locales de trabajo deberán tener las dimensiones requeridas en la normativa o legislación nacional en cuanto a volumen y área, los cuales podrían incrementarse de acuerdo con el clima, las necesidades del proceso y la cantidad de funcionarios que laborarán en ellos.
3. Cada puesto de trabajo contará con una superficie libre de superficie de piso de al menos 2 m<sup>2</sup> y una altura del piso al cielorraso de al menos 2,5 m.
4. No obstante, se deben considerar los ajustes que, por razones legales, sanitarias o de emergencia emitan las autoridades atinentes.
5. Se coordinará la limpieza periódica de los centros de trabajo, considerando las características del lugar, su uso, emisión de partículas y ocupación, así como las disposiciones emitidas por las instituciones competentes.
6. Cuando el barrido requiera el empleo de métodos húmedos que pueden generar caídas, se restringirá el paso temporalmente por el área de trabajo, colocando delimitación con cinta o cadenas en el área de trabajo y señalizando el riesgo existente.
7. Siempre que sea posible, las limpiezas húmedas se realizarán durante los horarios en los que se encuentre la menor cantidad del personal. Previamente, el personal deberá contar con el equipo de protección requerido para ejecutar estas labores.





8. Los techos de los edificios se mantendrán libres de goteras y cuando sea necesario, se acondicionarán de forma tal que se minimice la cantidad de calor que se transmite al interior de los locales de trabajo.
9. Se debe coordinar el mantenimiento preventivo del techo y las canoas, mediante la eliminación de hojas, estancamiento de aguas y limpieza de cajas de registro.
10. Las cubiertas de techo deberán pintarse en tonos que minimicen el deslumbramiento indirecto o provocado por los reflejos. Se deben utilizar tonos claros en las cubiertas.
11. Los colores usados en las paredes y cielorraso internos de los lugares en donde se hagan trabajos serán de tonos claros y mate, manteniendo los rangos recomendados en la norma INTE/ISO 8995-1: 2016 o su versión más reciente, esto con el fin de mejorar la reflexión de la luz en el centro de trabajo.
12. Los pisos intermedios, balcones o terrazas que sean transitables y que se encuentren a 0,40 m o más del nivel de piso inferior, deberán ser protegidos por barandas de seguridad, cuya barra superior deberá estar a 0,90 m desde el nivel del piso, con una intermedia a 0,45 m y una barra inferior a 0,10 m. Dichas barandas serán estructuras resistentes, con un borde en la parte inferior que impida la caída de objetos y de personas. Llevará una textura (no abrasiva) al acercarse al borde como prevención para las personas no videntes o con deficiencia visual. Además, periódicamente se programará su revisión para verificar su estado y el mantenimiento preventivo correspondiente.
13. Los pisos de las salas de trabajo serán de material impermeable, resistente a golpes y al tránsito, antideslizante y en caso de ser necesario deben contar con la inclinación suficiente para facilitar el escurrimiento de los líquidos. Las características de los pisos, paredes y techos, facilitarán la limpieza y su mantenimiento. Las paredes y los techos de las salas de trabajo deberán ser pintadas en tonos claros, con acabado mate.
14. Los elementos destinados a la prevención de accidentes y enfermedades laborales solamente podrán reubicarse con aprobación explícita de los profesionales del Área de Salud Laboral.
15. Las autoridades del centro de trabajo garantizarán el uso seguro de las instalaciones eléctricas y sus respectivos equipos. Adicionalmente, coordinarán con la entidad correspondiente la debida señalización y el debido mantenimiento (tanto en el nivel preventivo como correctivo).
16. En aquellas labores que por su especial naturaleza resulten peligrosas para la salud, sea porque las personas están expuestas al calor excesivo o contaminación de la piel con sustancias o polvos venenosos, infecciosos o





irritantes, así como en aquellas especialmente sucias, se dispondrá de lavamanos y duchas provistas de agua potable fría y caliente. En estos centros de trabajo, el mínimo de lavamanos y duchas será el establecido en la legislación y normativa nacional; las duchas deberán instalarse en cabinas unipersonales.

17. Se contará con el equipo y los medios adecuados para la prevención y la extinción de incendios, así como también, con las facilidades para la evacuación del edificio en caso de emergencia.
18. Los locales de trabajo serán ventilados, de forma natural o artificial, con el fin de garantizar la renovación del aire contenido en el interior de estos. Se instalarán sistemas de ventilación artificial que aseguren la renovación del aire en aquellos recintos que, por particularidades de diseño, del trabajo realizado, o del clima, deban mantener cerradas las puertas y las ventanas.
19. Las condiciones ambientales en los centros de trabajo no deberán suponer un riesgo para la seguridad y salud de los trabajadores, por lo que deberán evitarse las temperaturas y las humedades extremas, el exceso o falta de iluminación, los cambios bruscos de temperatura, los olores desagradables, el ruido excesivo y, en particular, la incidencia directa de la radiación solar sobre las personas a través de ventanas, entre otros.
20. Los centros de trabajo estarán dotados de agua potable, en cantidad suficiente para abastecer las necesidades de consumo y aseo de las personas funcionarias. Deben instalarse puntos de hidratación donde los funcionarios y los estudiantes puedan acceder a agua potable (estos no deben ubicarse dentro de los servicios sanitarios).
21. Los centros de trabajo deben cumplir con el nivel de iluminación según la tarea o actividad que desarrollen sus colaboradores, de manera que permita que estos realicen sus labores sin riesgo para su seguridad y salud.
22. Los centros de trabajo que por sus características generen residuos peligrosos, deberán implementar un programa para el control, el tratamiento y la eliminación de desechos y residuos, de forma tal que estos no representen riesgo para la salud de la población universitaria y comunidad en general.
23. Los alimentos serán consumidos únicamente en los espacios acondicionados para este fin y además de mantenerse ordenados, en condiciones adecuadas de iluminación, ventilación y aforo, deberán gestionarse las medidas necesarias para el manejo de residuos.
24. En todo momento se respetará la capacidad de ocupación de las aulas, los auditorios y demás sitios de reunión.



25. Se prohíbe el uso de cera para piso, ya que podría generar caídas de nivel.

26. El uso de velas, aromatizantes e incienso no será permitido en lugares de trabajo que sean ocupados de modo temporal o permanente por dos o más personas o ni en aquellos en que por su diseño, permitan el paso del olor y humo a otras zonas de trabajo



### **SEXTO: VIGENCIA**

Esta instrucción rige a partir de su publicación.

Cordialmente,

**Licda. Paola Arguedas Chacón**  
**Directora**  
**Programa Desarrollo de Recursos Humanos**  
**Universidad Nacional**

Conservada en:	Sistema AGDe (expediente de disposiciones normativas)
Publicada en:	Correo electrónico institucional en el foro <a href="mailto:oficiales@listserv.una.ac.cr">oficiales@listserv.una.ac.cr</a>
Entra en vigencia:	A partir de su publicación

