

D) RUIDO

- Conviene mantener el nivel de ruido en torno a 60 dB(A) con el fin de no producir irritabilidad y molestias.

E) VIBRACIONES

- Producidas en las cercanías del edificio o debidas a máquinas instaladas en el mismo.

F) AMBIENTE TÉRMICO

Conviene respetar las normas de confort térmico recomendadas en la ISO 7730-1984:

Invierno:

Temperatura operativa del aire:

22 °C +2°C

Velocidad media del aire:

< 0,15 m/s

Verano:

Temperatura operativa del aire:

24.5 °C+1.5 °C

Velocidad media del aire:

< 0,25 m/s



G) HUMEDAD RELATIVA

- Mantener entre el 30% y el 50%

H) VENTILACIÓN

Una ventilación inadecuada es una de las causas más frecuentes del SEE.

La International Energy Agency (IEA) indica realizar aportes de aproximadamente 30 m3/hora y por persona para extraer bioefluentes humanos (olores) en áreas de no fumadores.

En zonas de fumadores el aporte de aire fresco debe ser mayor.

Tan importante como el aporte de aire adecuado, es el mantenimiento de los conductos de refrigeración mediante la limpieza de los conductos, elementos de filtrado bien diseñados y controlados. Además de la adecuada colocación de las tomas de aire en el exterior.

I) FACTORES PSICOSOCIALES

Organización del trabajo, insatisfacción en general, tiempo de trabajo, contenido de la tarea, comunicación, relación, puede afectar haciendo a la gente más influenciable por los factores ambientales.

MEDIDAS PREVENTIVAS

- Evitar el tabaquismo en el interior de los lugares de trabajo.
- Ventilación adecuada, siendo la mejor por las ventanas.
- Mantenimiento del aire acondicionado.
- Evitar decoración con material que acumule polvo.
- Higienización completa de locales, pisos alfombras, tapizados
- Control de los muebles que se introduzcan.

RECOMENDACIONES BÁSICAS DE SEGURIDAD Y SALUD EN

EDIFICIOS ENFERMOS



Departamento de Prevención
Unidad de Riesgos del Trabajo
Av. 28 de Julio 873 – Miraflores
T: 213-7373 A: 2258



INTRODUCCIÓN

El síndrome del edificio enfermo (SEE) fue reconocido como enfermedad por la Organización Mundial de la Salud en 1982, comprendiendo los edificios en los que un porcentaje de más de 20% de personas experimentan efectos agudos sobre la salud y el bienestar.

¿QUÉ ES UN EDIFICIO ENFERMO?

La organización mundial de la salud define al SEE como: conjunto de síntomas diversos que presentan los individuos en estos edificios y que no suelen ir acompañados de ninguna lesión orgánica o signo físico, diagnosticándose, a menudo, por exclusión. Es un conjunto de síntomas que padecen algunos individuos que habitan o trabajan en un mismo edificio, generalmente denominados sellados y que remiten cuando lo abandonan.



SÍNTOMAS FÍSICOS DEL EDIFICIO ENFERMO

- Cefaleas
- Irritación de ojos, nariz y garganta
- Sensación de sequedad en membranas mucosas y/o piel.
- Ronquera
- Respiración dificultosa
- Erupciones cutáneas
- Náuseas, mareos, vértigos
- Fatiga mental
- Elevada incidencia de infecciones respiratorias y resfriados
- Hipersensibilidades específicas
- Sensibilidad a los olores.

FACTORES DE RIESGO

A) CONTAMINANTES AMBIENTALES

- Producidos naturalmente a consecuencia de la respiración humana: Dióxido de Carbono, vapor de agua, aerosoles biológicos.
- Producidos por la actividad de fumar caso de que esté permitido. La composición del humo del tabaco es CO, CO₂, Hidrocarburos Policíclicos Aromáticos, nitrosaminas, cetonas, nitrilos, arsénico, cadmio).



- Los derivados de los materiales utilizados en la construcción del edificio así como en su decoración y mobiliario que suelen producir emanaciones que lentamente se van incorporando al aire ambiente interior, como los barnices, tinturas, pinturas, pegamentos.
- Las ropas, tapicerías, alfombras, cortinas y otros tejidos aportan al aire del interior del local diversas fibras y polvo, que es el principal agente transportador de sustancias alérgicas Ozono, desprendido por las fotocopiadoras.
- Contaminantes que proceden del exterior del edificio, como humos de escape, Dióxido de Azufre o Radón

B) OLORES

- Gases y vapores que ocasionan disconfort sensorial.

C) ILUMINACIÓN

- Nivel de iluminación bajo, contraste insuficiente, brillos excesivos, destellos pueden ser causa de stress visual generador de irritación de ojos y dolores de cabeza.

