



# La importancia del Examen Médico Ocupacional en el Plan de SST de las empresas peruanas



## Resumen:

*Este artículo destaca la importancia de los exámenes médicos ocupacionales en el contexto de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) en Perú. Subraya cómo estos exámenes son esenciales no solo para cumplir con las normativas legales, sino también para proteger la salud física y mental de los trabajadores.*



Los exámenes médicos ocupacionales son un componente fundamental para **garantizar la salud y seguridad de los trabajadores en el entorno laboral**. En Perú, su implementación adecuada por parte de las empresas es esencial para cumplir con las regulaciones gubernamentales y proteger la integridad física y mental de los empleados.

Dentro del entorno laboral, la salud de los trabajadores es fundamental para los ingresos familiares, la productividad y el desarrollo económico, por lo que los servicios de salud un papel crucial en mantener y restaurar la capacidad laboral. Teniendo en cuenta que **las condiciones laborales impactan significativamente en la equidad en salud**, ya que las personas pasan alrededor de un tercio de su tiempo en el trabajo. Según la OMS (2017) un buen entorno laboral no solo protege la salud física y mental de los trabajadores, sino que también promueve su posición social, desarrollo personal y relaciones interpersonales.

En Perú, la Ley de Seguridad y Salud en el Trabajo (Ley N° 29783) establece la obligación de las empresas de realizar exámenes médicos ocupacionales como parte de sus responsabilidades en materia de prevención de riesgos laborales. Estos exámenes están dirigidos a evaluar la aptitud de los trabajadores para desempeñar sus funciones de manera segura y prevenir enfermedades ocupacionales.

Acorde a la Organización Internacional del Trabajo (s.f) los exámenes médicos ocupacionales permiten detectar precozmente enfermedades o condiciones de salud que puedan estar relacionadas con las actividades laborales. Esto incluye problemas musculoesqueléticos, trastornos respiratorios, auditivos o visuales, entre otros. La detección temprana facilita la intervención médica oportuna y la implementación de medidas preventivas para evitar complicaciones mayores.

## Principales factores a considerar:

### 1. Factores físicos:

Incluyen elementos como el ruido, vibraciones, iluminación, temperaturas extremas, radiaciones y presiones anormales. Pueden causar efectos adversos en la salud dependiendo de su intensidad, exposición y concentración.



### 2. Factores químicos:

Engloban sustancias orgánicas e inorgánicas, naturales o sintéticas, que pueden liberarse al ambiente durante su fabricación, manejo, transporte o uso. Estas sustancias pueden ser polvos, humos, gases o vapores con efectos irritantes, corrosivos, asfixiantes o tóxicos.



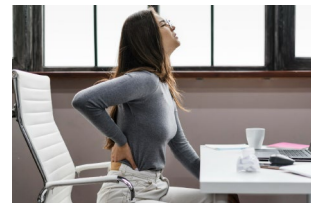
### 3. Factores biológicos:

Incluyen seres vivos como virus, hongos, bacterias y parásitos, así como sustancias derivadas de ellos. Pueden causar enfermedades infectocontagiosas, reacciones alérgicas e intoxicaciones en los trabajadores.



### 4. Factores ergonómicos:

Se refieren a elementos relacionados con las posturas de trabajo, movimientos, esfuerzos físicos, diseño de estaciones de trabajo y secuencia de la producción. Pueden afectar la salud de los trabajadores al alterar su relación con la tarea, provocando problemas físicos o musculoesqueléticos.



### 5. Factores psicosociales:

También llamados psico laborales, involucra los factores intrínsecos que impiden el desarrollo correcto de las relaciones laborales, ya sea por factores endógenos como antecedentes psicológicos, factores de comportamiento (agresividad, ansiedad, insatisfacción) o factores físicos como fatiga, hipertensión, cefalea entre otros.



La implementación de exámenes médicos ocupacionales **refleja el compromiso de la empresa con el bienestar de sus trabajadores**, mejorando el clima laboral y fortaleciendo el sentido de pertenencia. Esto crea una **cultura organizacional que valora la seguridad y la salud del equipo**, reduciendo el ausentismo y los riesgos de accidentes. Como resultado, se promueve una mayor productividad y eficiencia en el lugar de trabajo.

En resumen, los exámenes médicos ocupacionales representan una herramienta crucial en las empresas peruanas para garantizar tanto la salud y seguridad de los trabajadores como el cumplimiento de las normativas legales. Más allá de solo cumplir con requisitos legales, estos exámenes proporcionan **beneficios tangibles tanto para los empleados como para los empleadores**. Permiten a los trabajadores cuidar su salud y abordar cualquier problema relacionado con el trabajo, **protegiendo así sus derechos y mejorando su calidad de vida**. Al mismo tiempo, ayudan a los empleadores a proteger los intereses a largo plazo de la empresa al promover un entorno laboral seguro y saludable, lo que a su vez contribuye a un mejor desempeño laboral y una mayor productividad. En última instancia, los exámenes médicos ocupacionales son una **inversión en el bienestar de los empleados y el éxito sostenible de la empresa**.

#### Referencias:

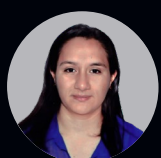
Benites Zevallos, K.P & Santa Cruz Pereda, S.R. (2023). EVALUACIÓN MÉDICA OCUPACIONAL. [Tesis Maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de tesis de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/15115/Evaluacion\\_BenitesZevallos\\_Katia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/15115/Evaluacion_BenitesZevallos_Katia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ministerio del Trabajo y Promoción del Empleo. (2011). Ley 29783. Ley de Seguridad y salud en el Trabajo. <https://www.gob.pe/institucion/congreso-de-la-republica/normas-legales/462576-29783>

Ministerio de Salud .(2008). Guía de práctica clínica para el Examen Médico - Ocupacional. [https://www.hospitalsjl.gob.pe/ArchivosDescarga/Comunicaciones/RM484\\_2011\\_MINSA/GEMO-001%20GUIA%20DE%20EVALUACION%20MEDICO%20OCUPACIONAL.pdf](https://www.hospitalsjl.gob.pe/ArchivosDescarga/Comunicaciones/RM484_2011_MINSA/GEMO-001%20GUIA%20DE%20EVALUACION%20MEDICO%20OCUPACIONAL.pdf)

Organización Internacional del Trabajo. (s.f).Seguridad y salud en el trabajo. <https://www.ilo.org/global/standards/subjects-covered-by-international-labour-standards/occupational-safety-and-health/lang--e/s/index.htm#:~:text=En%20la%20Constituci%C3%B3n%20de%20la,accidentes%20resultantes%20de%20su%20trabajo.>

Organización Mundial de la Salud – OMS (2017) Protección de la salud de los trabajadores. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/protecting-workers'-health>



**Fiorella Vasquez Ramirez**  
Coordinadora de Servicios  
[fvasquez@corebusinesscorp.com](mailto:fvasquez@corebusinesscorp.com)