
NOTICIAS DESDE LA GENERALITAT DE CATALUÑA

JORNADA DE ERGONOMÍA: “LOS RIESGOS ERGONÓMICOS: SITUACIÓN ACTUAL EN CATALUÑA Y EXPERIENCIAS PRÁCTICAS PARA SU ABORDAJE”

El pasado 21 de marzo el Departamento de Empresa y Empleo organizó en el Centro de Seguridad y Salud Laboral de Barcelona una jornada sobre ergonomía, estructurada en dos partes. La primera se centró en proporcionar datos actualizados sobre la exposición y el impacto de los riesgos ergonómicos entre los trabajadores catalanes, y la segunda en exponer algunas soluciones que, desde diversos sectores, se han encontrado para evitar o minimizar los efectos de los riesgos ergonómicos.

El peso de los riesgos ergonómicos y de sus efectos

La primera parte se abrió con la exposición de Elena Juánola Pagés, técnica del Departamento de Empresa y Empleo, que avanzó una selección de datos que integran la segunda Encuesta de Condiciones de Trabajo de Cataluña (ECTC) referidas a la exposición a los riesgos ergonómicos. Esta segunda ECTC, que se publicará en los próximos meses, contiene información sobre la frecuencia de situaciones de riesgo ergonómico entre los trabajadores catalanes. Así, de la ECTC se desprende que en Cataluña un 32,6% de los trabajadores deben permanecer sentados en su trabajo, que un 31% hacen movimientos repetitivos o que un 20,8% han de mover cargas. De hecho, la Encuesta permite afirmar que el riesgo ergonómico relacionado con las posiciones mantenidas y movimientos repetitivos de las extremidades superiores (ES) es especialmente relevante, ya que el 43% de los ocupados (es decir, 1,3 millones de personas) está expuesto al menos a uno de los cuatro sobre los que se pregunta, y el 9% a dos o más.

Comparando los datos de la segunda ECTC con las de la primera –publicada en 2007–, se observa que se ha reducido la exposición a movimientos repetitivos, y en las actividades de tipo administrativo se observa una mejora en el diseño del puesto de trabajo, las sillas y la iluminación. En cambio, ha aumentado el número de personas que realizan tareas que exigen mantener posiciones forzadas.

Finalmente, cabe decir que la ECTC muestra una incidencia de los daños a la salud derivados del riesgo ergonó-

mico ligeramente superior entre las mujeres que entre los hombres.

El jefe del Área de Información y Registros de Seguridad y Salud Laboral del Departamento de Empresa y Empleo, Julián Nájera, aportó datos sobre el peso de los trastornos músculo-esqueléticos, indicando que, de los 1.4 millones de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales registrados en Cataluña entre 2007 y 2011, más de 400.000 (un 35%) están relacionados con sobreesfuerzos.

En concreto, los sobreesfuerzos representan un 30% de los accidentes de trabajo sin baja, y un 39% de los accidentes de trabajo con baja. Además, la mitad de los accidentes de trabajo donde se registran recaídas tienen su origen en los riesgos ergonómicos. En cuanto a las enfermedades profesionales (EP) declaradas, un 80,7% son del grupo 2, es decir, vinculadas a los sobreesfuerzos del sistema muscular y óseo.

Tratamiento por el sistema sanitario público y subdeclaración

En tercer lugar, la responsable de Salud Laboral de la Dirección General de Salud Pública del Departamento de Salud, Rosa Fernández, ofreció algunos datos extraídos del Registro de Enfermedades Relacionadas con el Trabajo (MRT), creado por el Departamento de Salud hace 14 años. Este registro incorpora casos notificados por médicos de asistencia primaria de patologías que, a pesar de ser tratadas por el Sistema Nacional de Salud, se considera que podrían tener un origen laboral y por tanto deberían ser asumidas por las mutuas.

Fernández mencionó que de un estudio elaborado por la Universidad Pompeu Fabra y el Departamento de Salud y con datos de 2008 se desprende que un 6% de las primeras visitas a los centros sanitarios de la red del Instituto Catalán de la Salud tienen un origen laboral. Por otra parte, estiman que un 13'8% de las incapacidades temporales reconocidas por los médicos del sistema sanitario público tendrían un origen laboral.

También citó que entre las patologías de origen laboral notificadas a las Unidades de Salud Laboral como MRT destacan en primer lugar los trastornos de la salud mental

—un 55% de las notificadas entre las mujeres y un 35% entre los hombres, y en segundo lugar los trastornos músculo-esqueléticos, sobre todo lumbalgias, cervicalgias y dolores de espalda, con un 27,5% de las notificadas entre las mujeres y un 43,6% entre los hombres.

La jefa del Área de investigación de la Subdirección General de Seguridad y Salud Laboral del Departamento de Empresa y Empleo, Emilia Molinero, cerró la primera parte presentando los datos de un estudio realizado para estimar la subdeclaración de enfermedades laborales que tienen su origen en los riesgos ergonómicos que afectan a las extremidades superiores (ES).

El estudio, basado en la información recogida entre 3.430 trabajadores de los que se había acreditado la exposición a posturas forzadas y movimientos repetitivos de las extremidades superiores y la valoración de 204 casos en que se había declarado un accidente de trabajo pero el diagnóstico correspondía a enfermedades profesionales (EP), permite estimar que, en cuanto a las EP que afectan al hombro, se declara a CEPROSS un máximo del 5% de las existentes y llega al 13% si se consideran todas las contingencias profesionales. Para las EP que afectarían cualquier área de las ES, se estima que serían declaradas en el CEPROSS un máximo del 14%, llegando al 27% si también se considera la declaración como accidente de trabajo.

Estos resultados son muy consistentes con los observados en la segunda Encuesta Catalana de Condiciones de Trabajo y permiten constatar que la subdeclaración de estas enfermedades profesionales es extremadamente relevante.

Actuaciones prácticas contra los riesgos ergonómicos

En la segunda parte se contaron varias experiencias en torno del abordaje de los riesgos ergonómicos en Cataluña. La primera presentación fue a cargo de Montserrat Barrera, técnica del Centro de Seguridad y Salud Laboral de Girona, que presentó los resultados del Programa para la reducción de la exposición a factores de riesgo ergonómico de las extremidades superiores, realizado en 188 empresas de Cataluña. En el programa se identificaban factores de riesgo ergonómico asociados a tareas de los puestos de trabajo, para conseguir la eliminación o reducción a través de recomendaciones hechas por los técnicos. Al final del programa se logró una disminución de 6,9% de tareas con presencia de factores del riesgo y una disminución del 22'1% de factores de riesgo en general.

De la experiencia obtenida del programa se hizo una valoración positiva tanto en cuanto a los resultados de reducción obtenidos, así como en cuanto a la promoción de la actividad preventiva; contribuyendo a la mejora de las condiciones de trabajo, dando apoyo y colaborando con empresas y trabajadores.

En segundo lugar, los técnicos de prevención del Departamento de Enseñanza Sagrario Ramoneda y Ángel Figueiras presentaron un programa piloto de adecuación del mobiliario escolar al segundo ciclo de educación infantil (3 a 5 años). El objetivo era controlar los riesgos ergonómicos que para el profesorado genera trabajar en un aula con muebles muy bajos —adaptados a los niños—, pero que les obligan a pasar mucho tiempo con la espalda inclinada hacia adelante o en cuclillas.

Para evitarlo se han tomado dos vías: la primera, elevar un poco la altura de las mesas y sillas de los niños, para evitar que los maestros deban inclinarse tanto, y la segunda, poner a disposición del profesorado sillas con ruedas —similares a las de oficina— y modificando la disposición de las mesas —por ejemplo, haciendo una forma de U—, que les permita desplazarse para atender a los alumnos sin tener que estar siempre en posturas forzadas.

El nuevo mobiliario ha tenido una excelente acogida por parte del profesorado, pero de momento no se puede hacer extensivo a todas las escuelas públicas catalanas. Los ponentes indicaron que, donde sea necesario renovar el mobiliario escolar, o en las escuelas de nueva construcción, se utilizarán estos nuevos modelos.

En tercer lugar, el responsable de Calidad y Procesos de Pernils Llémna, Carlos Nadal, presentó una serie de actuaciones realizadas en su empresa para mejorar las condiciones ergonómicas de trabajo y, al mismo tiempo, incrementar la productividad.

Las mejoras implantadas por esta empresa dedicada a la fabricación de jamones —se manipulan, pues, piezas de gran peso con requerimientos de posiciones forzadas, movimientos repetitivos y realización de fuerza— ha sido la adecuación de las líneas de producción para evitar que los trabajadores hayan de levantar los brazos o manipular mucho peso, ubicando los planes de trabajo a una altura confortable para ellos. También se han mecanizado procesos que exigían un esfuerzo intenso en las extremidades superiores de los operarios, como el deshuesado del jamón. Estas modificaciones, además de mejorar las condiciones de trabajo de los operarios, han permitido a la empresa aumentar su productividad.

En cuarto lugar, el director del ámbito de Salud Laboral del Instituto de Biomecánica de Valencia presentó un programa de ergonomía participativa en empresas, que apuesta por un enfoque global de los riesgos ergonómicos, afrontando no sólo los asociados al puesto de trabajo, con la participación de los trabajadores.

Por último, el responsable de I+D+i de Unión de Muebles, Javier Murcia, presentó un programa informático desarrollado por esta entidad para realizar la verificación ergonómica de la maquinaria. La intención es facilitar tanto las evaluaciones de riesgos ergonómicos relacionados con la

maquinaria como ayudar en la toma de decisión a las empresas en el momento de adquirir máquinas.

UNA PREGUNTA FRECUENTE

Planes de emergencia y planes de autoprotección. ¿Quién los puede hacer y su interrelación?

Los planes de emergencia, que deben tener todas las empresas con trabajadores por cuenta ajena, tal como establece el artículo 20 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL), los tienen que hacer uno o más técnicos competentes de la modalidad organizativa de prevención de la empresa.

Los planes de autoprotección (PAU), que deben elaborar las empresas que deben afrontar situaciones de riesgo y emergencia en el ámbito de la protección civil, deben realizarlos técnicos competentes debidamente acreditados para hacerlos.

Se considera que es posible fusionar ambos planes en uno solo, ya que el contenido del PAU incluye, ampliándolo, todo lo que debe contener un plan de emergencia. Ahora bien, si el documento único lo hace un técnico acreditado para elaborar PAUs, pero que no forma parte de la organización preventiva de la empresa, el o los técnicos del servicio

de prevención de la empresa lo han de revisar, validar y asumir para poder considerarlo un plan de emergencia válido a los efectos del artículo 20 de la LPRL.

Por otro lado, si quien hace el PAU es un técnico del servicio de prevención de la empresa, es necesario que la realización de este PAU no sea en detrimento de su dedicación a la prevención de riesgos laborales, ya que la elaboración del PAU entra dentro del ámbito de la protección civil y no dentro de las actividades preventivas a desarrollar por el servicio de prevención.

CONCURSO DE CARTELES Y FOTOGRAFÍAS SOBRE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Este año el Departamento de Empresa y Empleo ha organizado, con motivo del Día Internacional de la Seguridad y Salud en el Trabajo, la quinta edición de los concursos de prevención, dirigidos a estudiantes de diseño gráfico (carteles) y de formación profesional (fotografías).

El trabajo ganador en la categoría de Cartel conmemorativo del 28 de abril, elaborado por Lucía Pereira Rodríguez –y que se puede ver en la contraportada de esta misma revista– ha sido el cartel unitario de la Generalitat y los sindicatos y patronales más representativos de Catalunya para promover la seguridad laboral con motivo del 28 de abril.

Oferta formativa de los Centros de Seguridad y Salud Laboral de la Generalitat de Catalunya.

Para recibir información y solicitar la inscripción a las actividades de formación de los Centros, consultar el apartado Formación de la página web: www.gencat.cat/alafeinacaprisc

NOTÍCIES DES DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA

JORNADA SOBRE ERGONOMIA: “ELS RISCOS ERGONÒMICS: SITUACIÓ ACTUAL A CATALUNYA I EXPERIÈNCIES PRÀCTIQUES PER AL SEU ABORDATGE”

El passat 21 de març el Departament d'Empresa i Ocupació va organitzar al Centre de Seguretat i Salut Laboral de Barcelona una jornada sobre ergonomia, estructurada en dues taules. La primera es va centrar en proporcionar dades actualitzades sobre l'exposició i l'impacte dels riscos ergonòmics entre els treballadors catalans, i la segona en exposar algunes solucions que, des de diversos sectors, s'han trobat per evitar o minimitzar els efectes dels riscos ergonòmics.

El pes dels riscos ergonòmics i dels seus efectes

La primera taula va obrir-se amb l'exposició de l'Elena Juanola Pagès, tècnica del Departament d'Empresa i Ocupació, que va avançar una selecció de dades que integren la segona Enquesta de Condicions de Treball de Catalunya (ECTC) referides a l'exposició als riscos ergonòmics. Aquesta segona ECTC, que es publicarà en els propers mesos, conté informació sobre la freqüència de situacions de risc ergonòmic entre els treballadors catalans. Així, de l'ECTC es desprèn que a Catalunya un 32,6% dels treballadors han de romandre asseguts a la seva feina, que un 31% fan moviments repetitius o que un 20,8% han de moure càrregues. De fet, l'Enquesta permet afirmar que el risc ergonòmic relacionat amb les posicions mantingudes i moviments repetitius de les extremitats superiors (ES) és especialment rellevant, ja que el 43% dels ocupats (és a dir, 1,3 milions de persones) està exposat al menys a un dels quatre sobre els que es pregunta, i el 9% a dos o més.

Comparant les dades de la segona ECTC amb les de la primera –publicada el 2007–, s'observa que s'ha reduït l'exposició a moviments repetitius, i en les activitats de caire administratiu s'observa una millora en el disseny del lloc de treball, les cadires i la il·luminació. En canvi, ha augmentat el nombre de persones que fan tasques que exigeixen mantenir posicions forçades.

Finalment, cal dir que l'ECTC mostra una incidència dels danys a la salut derivats del risc ergonòmic lleugerament superior entre les dones que entre els homes.

El cap de l'Àrea d'Informació i Registres de Seguretat i Salut Laboral del Departament d'Empresa i Ocupació, Julià Nàjera, va aportar dades sobre el pes dels trastorns músculo-esquelètics, indicant que, dels 1.4 milions d'accidents de treball i malalties professionals registrats a Catalunya entre el 2007 i el 2011, més de 400.000 (un 35%) estan relacionats amb sobreexforços.

En concret, els sobreexforços representen un 30% dels accidents de treball sense baixa, i un 39% dels accidents de treball amb baixa. A més, la meitat dels accidents de treball on es registren recaigudes tenen el seu origen en els riscos ergonòmics. Pel que fa a les malalties professionals (MP) declarades, un 80,7% són del grup 2, és a dir, vinculades als sobreexforços del sistema muscular i ossi.

Tractament pel sistema sanitari públic i subdeclaració

En tercer lloc, la responsable de Salut Laboral de la Direcció General de Salut Pública del Departament de Salut, Rosa Fernández, va oferir algunes dades extretes del Registre de Malalties Relacionades amb el Treball (MRT), creat pel Departament de Salut ara fa 14 anys. Aquest registre incorpora casos notificats per metges d'assistència primària de patologies que, tot i ser tractades pel Sistema Nacional de Salut, es considera que podrien tenir un origen laboral i per tant haurien de ser assumides per les mútues.

Fernández va esmentar que d'un estudi elaborat per la Universitat Pompeu Fabra i el Departament de Salut i amb dades del 2008 es desprèn que un 6% de les primeres visites als centres sanitaris de la xarxa de l'Institut Català de la Salut tenen un origen laboral. D'altra banda, estimen que un 13'8% de les incapacitats temporals reconegudes pels metges del sistema sanitari públic tindrien un origen laboral.

També va citar que entre les patologies d'origen laboral notificades a les USL com a MRT destaquen en primer lloc els trastorns de la salut mental –un 55% de les notificades entre les dones i un 35% entre els homes, i en segon lloc els trastorns músculo-esquelètics, sobretot lumbàlgies, cervicàlgies i dolors d'esquena, amb un 27,5% de les notificades entre les dones i un 43,6% entre els homes.

La cap de l'Àrea d'investigació de la Subdirecció General de Seguretat i Salut Laboral del Departament d'Empresa i Ocupació, Emília Molinero, va tancar la primera taula presentant les dades d'un estudi realitzat per estimar la subdeclaració de malalties laborals que tenen el seu origen en els riscos ergonòmics que afecten a les extremitats superiors (ES).

L'estudi, basat en la informació recollida entre 3.430 treballadors dels que s'havia acreditat l'exposició a posicions forçades i moviments repetitius de les extremitats superiors i la valoració de 204 casos en que s'havia declarat un accident de treball però el diagnòstic corresponia a malalties professionals (MP), permet estimar que, pel que fa a les MP que afecten l'espatlla, es declara a CEPROSS un màxim del 5% de les existents i arriba al 13% si es consideren totes les contingències professionals. Per les MP que afectarien qualsevol àrea de l'ES, s'estima que serien declarades al CEPROSS un màxim del 14%, arribant al 27% si també es considera la declaració com accident de treball.

Aquest resultat són molt consistents amb els observats a la segona Enquesta Catalana de Condicions de Treball i permeten constatar que la subdeclaració d'aquestes malalties professionals és extremadament rellevant.

Actuacions pràctiques contra els riscos ergonòmics

A la segona taula es van explicar diverses experiències a l'entorn de l'abordatge dels riscos ergonòmics a Catalunya. La primera presentació va anar a càrrec de la Montserrat Barrera, tècnica del Centre de Seguretat i Salut Laboral de Girona, va presentar els resultats del Programa per a la reducció de l'exposició a factors de risc ergonòmics de les extremitats superiors, realitzat en 188 empreses de Catalunya. En el programa s'identificaven factors de risc ergonòmic associats a tasques dels llocs de treball, per aconseguir-ne l'eliminació o reducció a través de recomanacions fetes pels tècnics. Al final del programa es va aconseguir una disminució de 6'9% de tasques amb presència de factors del risc i una disminució del 22'1% de factors de risc en general.

De l'experiència obtinguda del programa se'n va fer una valoració positiva tant pel que fa als resultats de reducció obtinguts, així com pel que fa a la promoció de l'activitat preventiva; contribuint a la millora de les condicions de treball, donant suport i col·laborant amb empreses i treballadors.

En segon lloc, els tècnics de prevenció del Departament d'Ensenyament Sagrario Ramoneda i Àngel Figueiras van presentar un programa pilot d'adequació del mobiliari

escolar al segon cicle d'educació infantil (3 a 5 anys). L'objectiu era controlar els riscos ergonòmics que per al professorat genera treballar en un aula amb mobles molt baixos –adaptats als infants–, però que els obliguen a passar molta estona amb l'esquena inclinada endavantcorbats o a la gatzoneta.

Per evitar-ho s'han agafat dues vies: la primera, elevar una mica l'alçada de les taules i cadires dels nens, per evitar que els mestres s'hagin d'inclinar tant; i la segona, posar a disposició del professorat cadires amb rodes –similars a les d'oficina– i modificant la disposició de les taules –per exemple, fent una forma de U, que els permeti desplaçar-se per atendre als alumnes sense haver-se d'estar sempre en posures forçades.

El nou mobiliari ha tingut una excel·lent acollida per part del professorat, però de moment no es pot fer extensiu a totes les escoles públiques catalanes. Els ponents van indicar que, allà on calgui renovar el mobiliari escolar, o a les escoles de nova construcció, s'utilitzaran aquests nous models.

En tercer lloc, el responsable de Qualitat i Processos de Pernils Llémena, Carles Nadal, va presentar tot un seguit d'actuacions realitzades a la seva empresa per millorar les condicions ergonòmiques de treball i, alhora, incrementar la productivitat.

Les millores implantades per aquesta empresa dedicada a la fabricació de pernils –es manipulen, doncs, peces de gran pes amb requeriments de posicions forçades, moviments repetitius i realització de força– ha estat l'adequació de les línies de producció per evitar que els treballadors hagin d'aixecar els braços o manipular molt de pes, ubicant els plans de treball a una alçada còmoda per a ells. També s'han mecanitzat processos que exigien un esforç intens a les extremitats superiors dels operaris, com el desossat del pernil. Aquestes modificacions, a banda de millorar les condicions de treball dels operaris, han permès a l'empresa augmentar la seva productivitat.

En quart lloc, el director de l'àmbit de Salut Laboral de l'Institut de Biomecànica de València va presentar un programa d'ergonomia participativa a empreses, que aposta per un enfocament global dels riscos ergonòmics, afrontat no únicament als associats al lloc de treball, amb la participació dels treballadors.

Per acabar, el responsable de R+D+i d'Unión de Mutuas, Javier Murcia, va presentar un aplicatiu informàtic desenvolupat per aquesta entitat per realitzar la verificació ergonòmica de la maquinària. La intenció és facilitar tant les avaluacions de riscos ergonòmics relacionats amb la maquinària com ajudar a la presa de decisió a les empreses en el moment d'adquirir-ne.

UNA PREGUNTA FREQUENT

Plans d'emergència i plans d'autoprotecció. Qui els pot fer i la seva interrelació?

Els plans d'emergència, que han de tenir totes les empreses amb treballadors per compte aliena, tal com estableix l'article 20 de la Llei de prevenció de riscos laborals (LPRL), els han de fer un o més tècnics competents de la modalitat organitzativa de prevenció de l'empresa.

Els plans d'autoprotecció (PAU), que han d'elaborar les empreses que han d'afrontar situacions de risc i emergència en l'àmbit de la protecció civil, els han d'elaborar tècnics competents degudament acreditats per fer-los.

Es considera que és possible fusionar tots dos plans en un de sol, ja que el contingut del PAU inclou, ampliant-lo, tot el que ha de contenir un pla d'emergència. Ara bé, si el document únic el fa un tècnic acreditat per elaborar PAUs, però que no forma part de l'organització preventiva de l'empresa, el o els tècnics del servei de prevenció de l'empresa l'han de revisar, validar i assumir per poder-lo considerar un pla d'emergència vàlid als efectes de l'article 20 de la LPRL.

D'altra banda, si qui fa el PAU és un tècnic del servei de prevenció de l'empresa, cal que la realització d'aquest PAU no sigui en detriment de la seva dedicació a la prevenció de riscos laborals, ja que l'elaboració del PAU entra dins l'àmbit de la protecció civil i no dins les activitats preventives a desenvolupar pel servei de prevenció.

CONCURS DE CARTELLS I FOTOGRAFIES SOBRE PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS

Enguany el Departament d'Empresa i Ocupació ha organitzat, amb motiu del Dia Internacional de la Seguretat i Salut en el Treball, la cinquena edició dels concursos de prevenció, adreçats a estudiants de disseny gràfic (cartells) i de formació professional (fotografies).

El treballcartell guanyador en la categoria de Cartell commemoratiu del 28 d'abril, elaborat per la Lucía Pereira Rodríguez –i que es pot veure a la contraportada d'aquesta mateixa revista– ha estat el cartell unitari de la Generalitat i els sindicats i patronals més representatius de Catalunya per promoure la seguretat laboral amb motiu del 28 d'abril.

Oferta formativa dels Centres de Seguretat i Salut Laboral de la Generalitat de Catalunya.

Per rebre informació i sol·licitar la inscripció a les activitats de formació dels Centres, consultar l'apartat Formació de la pàgina web:
www.gencat.cat/alafeinacaprisc