elEconomista

Publicación	El Economista Especial, 32	Fecha	30/04/2020
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	14 332	V. Comunicación	37 269 EUR (40,512 USD)
Difusión	9761	Tamaño	965,54 cm² (85,7%)
Audiencia	62 460	V.Publicitario	9193 EUR (9993 USD)

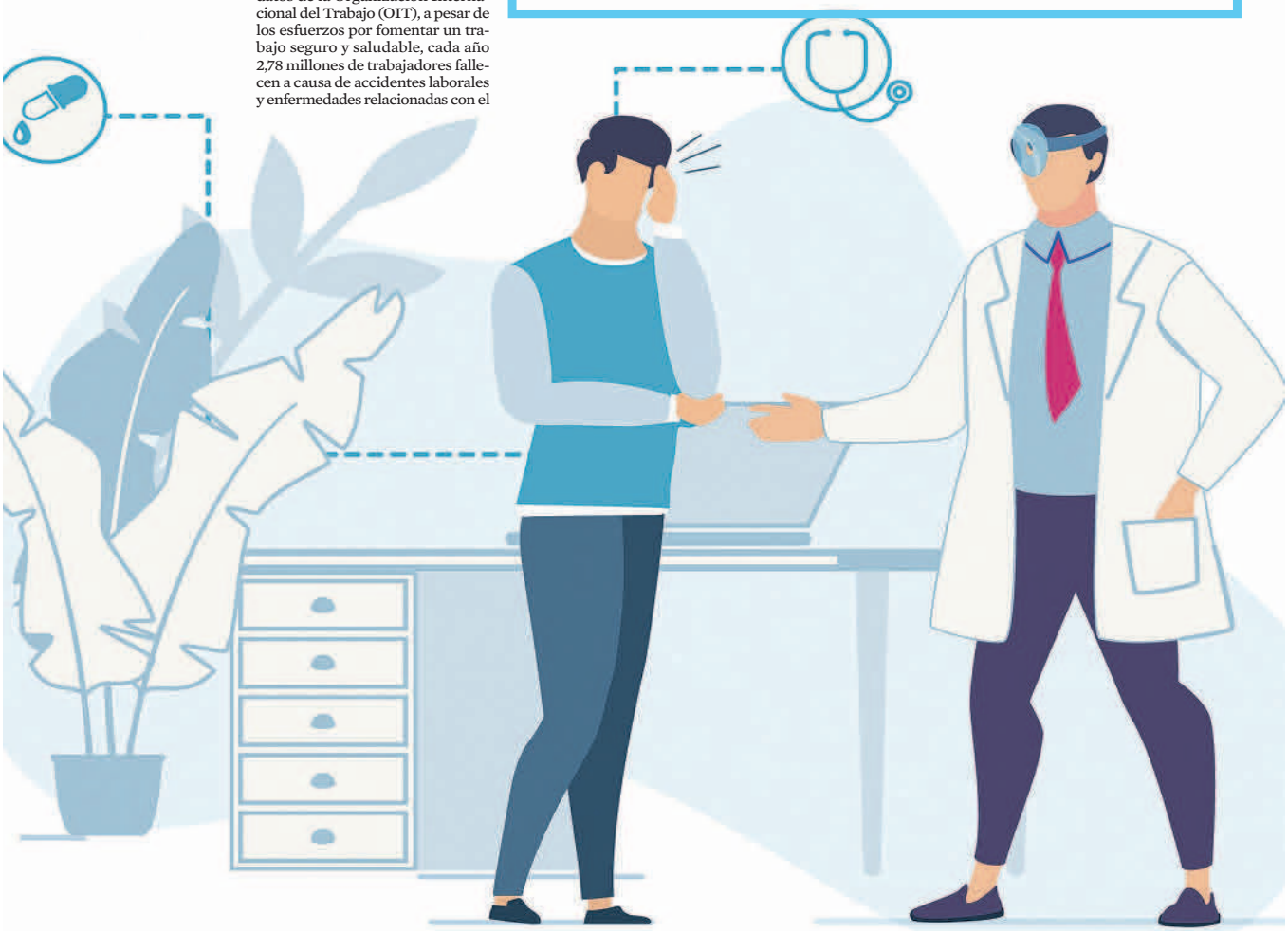
El auge del teletrabajo plantea riesgos nuevos para el bienestar

Las amenazas son de dos tipos, principalmente: fatiga visual y trastornos musculoesqueléticos. La primera trae consigo enrojecimiento y escozor de los ojos y dolor de cabeza, mientras que los trastornos encuentran su origen en posturas incorrectas y estáticas ante la pantalla y movimientos repetitivos.

S. Bueno MADRID.

El mundo laboral atraviesa actualmente una vertiginosa fase de transformaciones. Comprende diversidades más amplias que nunca a raíz de los procesos coexistentes de globalización de las diferentes economías y las tecnologías de la información y la comunicación que influyen en los países y en sus ciudadanos. Ello lleva a los trabajadores a tener que adaptarse a nuevas situaciones y convivir en ellas, para poder hacer frente a los retos profesionales del futuro.

Una de estas situaciones –ineludible a cualquier desempeño– son los riesgos laborales. De hecho, según datos de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), a pesar de los esfuerzos por fomentar un trabajo seguro y saludable, cada año 2,78 millones de trabajadores fallecen a causa de accidentes laborales y enfermedades relacionadas con el



elEconomista

Publicación	El Economista Especial, 33	Fecha	30/04/2020
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Circulación	14 332	V. Comunicación	37 269 EUR (40,512 USD)
Difusión	9761	Tamaño	919,50 cm² (81,6%)
Audiencia	62 460	V.Publicitario	8877 EUR (9650 USD)

trabajo. Además, hay 374 millones de lesiones no fatales cada año, lo que desemboca en más de cuatro días de ausencias en el trabajo. Por lo tanto, el coste humano de esta situación es enorme, como lo es también el coste económico vinculado a las malas prácticas de seguridad y salud en los trabajos: se estima en 3,94% del Producto Interno Bruto mundial cada año.

TELETRABAJO A MARCHAS FORZADAS

No obstante, lo cierto es que desde las empresas se invierten muchos recursos, dedicación y tiempo a abordar estos problemas, pero a veces dicho esfuerzo no logra el resultado adecuado. Además de las propias dificultades asociadas a esta coyuntura, las compañías y los trabajadores se enfrentan a veces a circunstancias añadidas, como la que se vive actualmente. La situación actual por la pandemia del Covid-19 y las medidas decretadas por los diferentes Gobiernos de los países afectados han provocado que muchas organizaciones hayan tenido que implantar el trabajo remoto, más conocido como teletrabajo, a marchas forzadas. Asimismo, aquellas que ya lo habían instaurado han tenido igualmente que enfrentarse

Por cada 90 minutos de trabajo con pantalla se deben descansar 15

al perfeccionamiento de sus aplicaciones y plataformas de apoyo a esta modalidad de trabajo.

Una práctica laboral que, hasta hace poco, no constituía una opción para muchas empresas españolas, ya que, según los últimos datos de Eurostat (la Oficina Estadística de la Unión Europea), únicamente el 3% de los trabajadores en nuestro país trabajaba de forma habitual en remoto, frente, por ejemplo, el 28% de los empleados de Suecia, precisamente uno de los países europeos donde más se practica esta modalidad, junto a Finlandia y Países Bajos. La cifra más alta alcanzada en nuestro país, según el *Monitor Adecco de Oportunidades y Satisfacción en el Empleo II*, data del cuarto trimestre de 2019 con 1,5 millones de personas utilizándolo, el 7,9% de los trabajadores ocupados.

Sin embargo, ahora que vivimos una situación laboral inusual es más necesario que nunca establecer fundamentos que permitan a los trabajadores continuar desarrollando sus tareas de forma productiva, sin con ello perjudicar su bienestar físico, cognitivo y emocional. La realidad es que, al ser una modalidad laboral no muy implementada en nuestro país, se desconocen mucho los trastornos asociados a ella. Tradicionalmente los riesgos laborales se han asociado a amenazas físicas, químicas y ambientales, pero no conviene perder de vista los riesgos asociados al teletrabajo.

Precisamente, con el objetivo de trabajar en remoto de la forma más saludable posible, diferentes confederaciones, como por ejemplo Comisiones Obreras, publicaron el pasado mes de marzo guías con recomendaciones para teletrabajar adecuadamente y evitar los trastornos musculoesqueléticos, la fatiga visual, el estrés y los problemas derivados de la transformación de una parte de la vivienda en un lugar de trabajo. Otros organismos que también cuentan con directrices en este sentido son la Consejería de Empleo y Mujer, de la Comunidad de Madrid, o el Ministerio de Trabajo.

Así, según la guía técnica *Por un trabajo sin riesgos* –concretamente el tríptico *Pantallas de ordenador: cómo trabajar seguro*–, los principales riesgos derivados del uso de ordenadores se asocian a las pantallas de visualización que forman parte de estos. De este modo, los riesgos son de dos tipos: fatiga visual y trastornos musculoesqueléticos, pero, por contrapartida, no se conoce que el trabajo con pantallas de ordenador dé lugar a enfermedades visuales. Los expertos recomiendan tomarse pausas de 10 a 15 minutos por cada 90 minutos de trabajo, ya que de lo contrario puede aparecer fatiga visual, cuyas manifestaciones pueden ser enrojecimiento y escozor de los ojos y dolor de cabeza, entre otras. Por su parte, la Comunidad de Madrid en su guía Teletrabajo y Prevención de Riesgos Laborales, fija como factores causantes de los trastornos musculoesqueléticos las posturas incorrectas, el mantenimiento prolongado de posiciones estáticas ante la pantalla del ordenador y los movimientos repetitivos, y recomienda como medida preventiva disponer de un buen diseño ergonómico del puesto de trabajo, teniendo en cuenta mesa o superficie de trabajo, silla, teclado, atril y reposapiés.

Asimismo, desde CCOO hacen hincapié también en la iluminación del espacio de trabajo en casa para que, siempre que sea posible, contar con iluminación natural, que se podrá complementar con una artificial cuando la primera, por sí sola, no garantice trabajar con suficiente luz.

SINIESTRALIDAD LABORAL EN ESPAÑA

Aunque actualmente predomine los riesgos asociados al teletrabajo, lo cierto es que, en condiciones normales, los trabajadores se enfrentan a otro tipo de amenazas. Las estadísticas de siniestralidad laboral de España nos colocan en posiciones ligeramente desfavorables en relación con otros países europeos. Los datos más recientes publicados por Eurostat (datan de 2015) situaban a España en la cuarta posición en accidentes mortales y en tercer puesto en número de incidentes de gravedad.

Radiografía de los accidentes de trabajo en España

Avance enero 2020

	VALORES ABSOLUTOS		VARIACIONES SOBRE IGUAL PERIODO AÑO ANTERIOR *	
	2019	2020	ABSOLUTAS	RELATIVAS (%)
Total accidentes con baja en el periodo de referencia	**47.435**	**45.037**	**–2.398**	**–5,1**
En jornada de trabajo	41.300	38.868	–2.432	–5,9
In itinere	6.135	6.169	34	0,6
Asalariados	45.555	42.627	–2.928	–6,4
Trabajadores por cuenta propia	1.880	2.410	530	28,2
Accidentes en jornada de trabajo	**41.300**	**38.868**	**–2.432**	**–5,9**
Leves	40.966	38.512	–2.454	–6,0
Graves	297	308	11	3,7
Mortales	37	48	11	29,7
Accidentes in itinere	**6.135**	**6.169**	**34**	**0,6**
Leves	6.055	6.099	44	0,7
Graves	73	62	–11	–15,1
Mortales	7	8	1	14,3
Asalariados	**45.555**	**42.627**	**–2.928**	**–6,4**
En jornada de trabajo	39.523	36.627	–2.896	–7,3
Leves	39.233	36.330	–2.903	–7,4
Graves	256	252	–4	–1,6
Mortales	34	45	11	32,4
In itinere	6.032	6.000	–32	–0,5
Leves	5.954	5.932	–22	–0,4
Graves	71	60	–11	–15,5
Mortales	7	8	1	14,3
Trabajadores por cuenta propia	**1.880**	**2.410**	**530**	**28,2**
En jornada de trabajo	1.777	2.241	464	26,1
Leves	1.733	2.182	449	25,9
Graves	41	56	15	36,6
Mortales	3	3	0	0,0
In itinere	103	169	66	64,1
Leves	101	167	66	65,3
Graves	2	2	0	0,0
Mortales	–	–	–	–

(*) Las variaciones sobre igual periodo del año anterior pueden ser poco representativas estadísticamente por el diferente número de días laborables de los períodos que se comparan.

Fuente: Estadística de Accidentes de Trabajo, del Ministerio de Trabajo, Migraciones y Seguridad Social. elEconomista

Al hilo de lo anterior, según la *Estadística de Accidentes de Trabajo*, publicada por el Ministerio de Trabajo en su avance de enero de este año, el número de accidentes de trabajo con baja fue 45.037, mientras que el de accidentes de trabajo sin baja fue 47.849, un 5,1% y un 5,5% menos respecto a las cifras del mismo periodo del año anterior. Dentro de los accidentes con baja, se produjeron 38.868 durante la jornada de trabajo y 6.169 in itinere, es decir, durante el desplazamiento desde el domicilio hasta el lugar de trabajo o viceversa. La variación en relación con enero de 2019 se situó en el -5,9% para los accidentes en jornada y en el 0,6% para los in itinere. En cuanto a la situación profesional de las personas que sufrieron esos accidentes con baja, 42.627 fueron de asalariados y 2.410 de trabajadores por cuenta propia.

Con respecto al total de accidentes durante un año completo –concretamente, durante 2019– los datos publicados en febrero por Trabajo sitúan esta cifra en 695 personas fallecidas, menos que en 2018 cuando esta cifra fue de 717 trabajadores. De ellos, 621 eran asalariados y 74 eran autónomos, y de los 621 trabajadores asalariados fallecidos, 475

En enero se produjeron 45.037 accidentes de trabajo con baja en España

lo hicieron durante su jornada laboral, mientras que 146 murieron en accidentes in itinere, un 12% y un 6,4% menos respectivamente.

LA IMPORTANCIA DE LA PREVENCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), los espacios de trabajo más seguros y saludables pueden prevenir, al menos, 1,2 millones de muertes cada año a nivel global. Es por eso por lo que los organismos especializados en esta materia inciden en la importancia de la prevención. Muchos trastornos, fallecimientos y discapacidades se pueden prever afrontando los principales riesgos en el lugar de trabajo, como las situaciones de estrés, las largas horas de trabajo y el trabajo por turnos, las enfermedades sensibles al clima relacionadas con el empleo, como el estrés por calor y frío, entre otras.

El reciente *Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo* (28 de abril) persigue el propósito de concienciar sobre la relevancia de prevenir los accidentes laborales y las enfermedades profesionales, además de rendir homenaje a sus víctimas y mirar hacia el futuro para continuar trabajando en la promoción del trabajo seguro, saludable y digno.