

PRL AMETRA

El león y el estrés,
¿gallado o enemigo?

Ropa de alta
visibilidad

¿Cómo respondemos
al estrés?



Protecciones
frente al riesgo
biológico



Orientados en el
mundo de la
prevención



Riesgos en la
movilización de
accidentados



Características
de la vigilancia
de la salud

Riesgos en el sector de las
ambulancias y su gestión

AMETRA

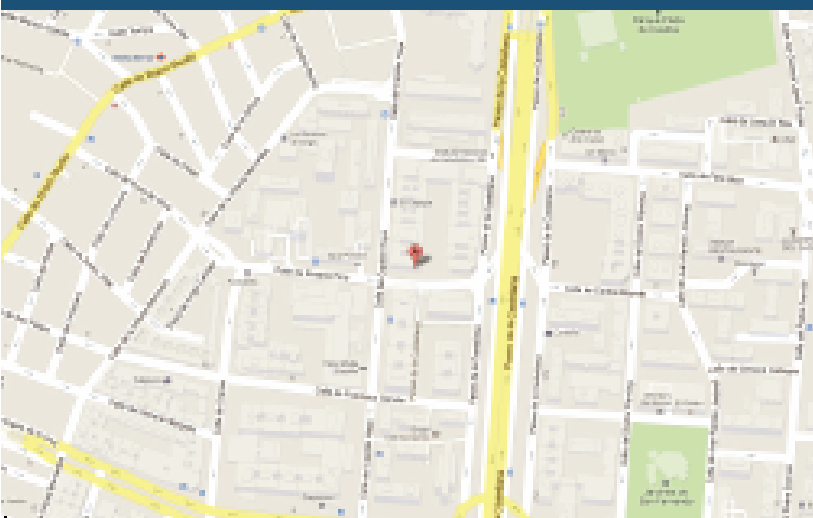


QUIENES SOMOS

La Asociación Madrileña de Empresarios de Transporte en Ambulancia, AMETRA, que se constituyó en 1986, es una asociación de ámbito provincial, agrupando a empresarios, personas físicas o jurídicas, que ejercen su actividad en la Provincia de Madrid. Nuestro objetivo es representar, defender y coordinar los derechos e intereses económicos y profesionales de las empresas miembros.

Fines y Objetivos:

- Representar, gestionar, defender, promocionar y coordinar los intereses y derechos generales de todas y cada una de las empresas asociadas.
- Estudiar y proponer a la Administración Pública cuantas medidas y disposiciones legales se estimen oportunas en nuestro ámbito de actuación.
- Acometer y en su caso cooperar, en estudios, trabajos, informes y divulgaciones de todas y cada una de las facetas y problemas del sector.
- Intervenir en los convenios colectivos, conflictos laborales y cuanto afecte a la regulación legal y contractual de las relaciones laborales del sector.
- Establecer directamente o por contratación, los servicios de prensa, asesoramiento técnico, jurídico y de gestión de toda índole que puedan ser de interés para las empresas asociadas.
- Ejercitar ante cualquier organismo público, las acciones que procedan en defensa o promoción de los intereses profesionales a su cargo.
- Relacionarse, en representación de las empresas asociadas, con otras Asociaciones estableciendo contactos y acuerdos precisos para la mejora de la actividad del sector.
- Promocionar, establecer y constituir servicios o entidades de interés general, asistencial, comercial y financieras, relacionadas con los intereses representados.



Calle Capitán Haya, nº 567-E
28020 (Madrid)

Tel: 91 5719687
Fax: 91 571 80 23.

secretaria@ametra.org

El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo colabora en esta publicación en el marco del II Plan Director de Prevención de Riesgos Laborales de la Comunidad de Madrid 2008-2011 y no se hace responsable de los contenidos de la misma ni las valoraciones e interpretaciones de sus autores. La obra recoge exclusivamente la opinión de su autor como manifestación de su derecho de libertad de expresión.

**BOLETÍN PRL
AMETRA**

Edición del boletín financiada por el Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo, a través del convenio de colaboración con CEIM y la Asociación Madrileña de Empresarios de Transporte en Ambulancias (AMETRA)

Dirección:
Aurora Herrera

Coordinación técnica:
CFESAL

Depósito Legal:
M-39961-2012



"La prevención de riesgos laborales beneficia a todos"

AMETRA ha firmado un convenio, como miembro de CEIM, con el Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo para el desarrollo de una campaña de prevención de riesgos laborales. Gracias a este convenio estamos llevando a cabo varias actividades y, entre ellas, la publicación de este primer boletín informativo.

También queremos recordaros que tenéis a vuestra disposición una línea de asistencia técnica gratuita a la que podéis acceder en el teléfono de la asociación o en el 900 170 107.

Además, estamos elaborando un estudio sobre los riesgos psicosociales en el sector que nos dará información para planificar futuras actuaciones, con el objetivo de mejorar las condiciones de trabajo en nuestras empresas.

La prevención de riesgos laborales es un aspecto de la actividad empresarial que queremos impulsar en el sector, por su rentabilidad empresarial y social.

Gracias por contar con vuestra colaboración y apoyo.

David Santos Badía
Presidente de AMETRA

Índice

Orientados en el mundo de la prevención.....	2
Riesgos en el sector de las ambulancias y su gestión.....	3
Características de la vigilancia de la salud.....	4
Ropa de alta visibilidad.....	6
Protecciones frente al riesgo biológico.....	8
Riesgos en la movilización de accidentados.....	9
El león y el estrés, ¿aliado o enemigo?.....	10
¿Cómo respondemos al estrés?.....	11
Entrevista al presidente AMETRA.....	12
Noticias.....	13
Preven-Párrafo.....	16
Web's de interés.....	17

Orientados en el mundo de la prevención

La seguridad y salud de los trabajadores es un complejo entramado de disciplinas que se interrelacionan y complementan, por eso queremos describir el mapa de la prevención para orientar al lector.



Cinco disciplinas básicas

Con la prevención de riesgos laborales ocurre como con muchas actividades complejas que abarcan un problema desde diversos puntos de vista. En este caso, el problema son los riesgos laborales y los puntos de vista son las disciplinas preventivas.

En particular, cuando hablamos de estas disciplinas nos referimos a la Seguridad en el Trabajo, a la Higiene Industrial, a la Ergonomía, a la Psicología Aplicada y a la Medicina del Trabajo. Cada una de ellas aporta su visión sobre los riesgos laborales.

Profesionales de la prevención

Actualmente podemos encontrar Técnicos Superiores en Prevención de Riesgos Profesionales, cualificación que se obtiene a través de módulos formativos de grado superior con una duración de 2000 horas que están regulados por el Ministerio de Educación, Cultura y Deportes.

También podemos ver actuar a los Técnicos Superiores en PRL, que realizaron cursos de nivel superior de 600 horas, especializándose en una, dos, tres o cuatro especialidades, al que se accedía después de obtener un título universitario. En la actualidad, desde la entrada en vigor de la Reforma de la Educación Superior, estos estudios se obtienen a través de la Universidad como un título de Postgrado.

En la Medicina del Trabajo, los profesionales son Médicos del Trabajo o Médicos Asistenciales, actualmente mediante sistema MIR, y los Diplomados Universitarios de Enfermería (DUEs).

El trabajador, el principal protagonista

Aunque todos estos profesionales actúan en la empresa tratando de evitar accidentes y enfermedades profesionales, el empresario es el principal actor en la prevención de riesgos laborales, con el que colaborará el trabajador en el desarrollo de las medidas preventivas.

Riesgos en el sector de las ambulancias y su gestión

La Ley de prevención de riesgos laborales, publicada en el año 1995, definía lo que debía entenderse como riesgo laboral. Veamos cuál es esta definición y la gestión de estos riesgos en el sector de la conducción y manejo de las ambulancias.

Una definición y distintos conceptos

Se define el riesgo laboral como la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo. Además, se indica que para calificar un riesgo desde el punto de vista de su gravedad, se valorarán conjuntamente la probabilidad de que se produzca el daño y la severidad del mismo. En muchas ocasiones, este concepto se confunde con el de peligro, que se define como la fuente o situación con capacidad de producir daño en términos de lesiones, daños a la propiedad, daños al medio ambiente o a una combinación de ellos.

Aclaremos las diferencias entre ambos con un ejemplo. Imaginemos el puesto de trabajo de un conductor de ambulancia. Un peligro al conducir una ambulancia sería sufrir un accidente de tráfico, mientras que la valoración del riesgo puede ser: trivial, tolerable, moderado, importante o intolerable, en función de la combinación de la probabilidad de que ocurra y de las consecuencias del accidente, si se materializa, siguiendo la metodología del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Identificar los riesgos laborales

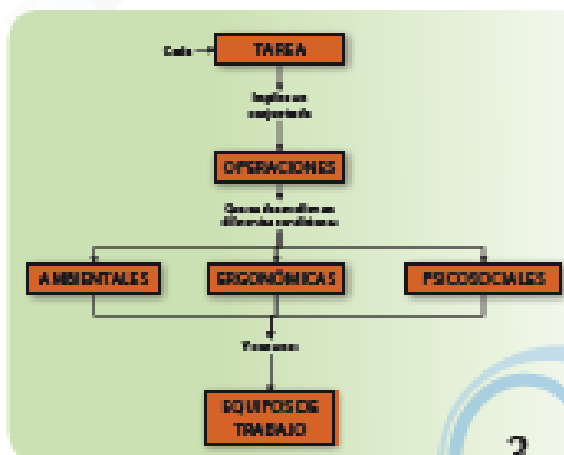
Y la pregunta es: ¿cómo se identifican los riesgos o, mejor dicho, los peligros presentes en un puesto de trabajo?

Este análisis debe comenzar con la descripción de las tareas de cada puesto de trabajo. Cada tarea está desarrollada a partir de una serie de elementos que varían de un puesto a otro. Por ejemplo, en el caso de los conductores de ambulancias, la gestión están-

dar comienza con el aviso de servicio, para recoger al usuario y trasladarlo hasta el establecimiento sanitario. En todo este proceso hay una serie de operaciones que sirven de referencia para el análisis de los riesgos. Pero además, estas tareas y operaciones se desarrollan en unas determinadas condiciones ambientales, ergonómicas, psicosociales y con unos equipos de trabajo.

Por lo tanto, todos los elementos que pueden incidir en la seguridad y salud de los trabajadores son analizados para, en primer lugar, identificar los posibles peligros y, seguidamente, valorar los riesgos laborales, para finalmente priorizar las medidas correctoras y preventivas necesarias.

Los riesgos pueden ser clasificados de acuerdo a distintas prioridades teniendo en cuenta su magnitud y el número de trabajadores expuestos. Además los criterios para su valoración se derivan de la normativa, de las normas UNE, de las guías y notas técnicas del INSHT, así como de otras referencias de reconocido prestigio.



Características de la vigilancia de la salud

El artículo 22 de la Ley de Prevención establece las características de la vigilancia de la salud de los trabajadores. Veamos aquellas más significativas y su aplicación en el sector del transporte en ambulancia.

Garantizada y específica

El empresario debe garantizar esta actuación preventiva y su aplicación debe ser específica para los riesgos a los que está sometido el trabajador. Para ello, la Administración Sanitaria establece unas pautas y protocolos de actuación en función de los riesgos presentes en el puesto de trabajo.

Confidencial

Los resultados de los reconocimientos médicos sólo pueden ser conocidos por el interesado, salvo la valoración global relacionada con la aptitud médico – laboral para el desempeño de las tareas asignadas, que serán comunicadas al empresario mediante un certificado de aptitud, en su caso.

¿Obligatoria o voluntaria?

Con carácter general, la ley de prevención establece que la vigilancia de la salud sólo podrá llevarse a cabo cuando el trabajador preste su consentimiento, es decir, que es voluntaria, excepto en los casos en que sea imprescindible para:

- Evaluar los efectos de las condiciones de trabajo sobre la salud de los trabajadores.
- Verificar si el estado de salud del trabajador puede constituir un peligro para el mismo, para los demás trabajadores o para otras personas relacionadas con la empresa.



- Cuando así esté establecido en una disposición legal en relación con la protección de riesgos específicos y actividades de especial peligrosidad.

Vigilancia de la salud de los técnicos del transporte sanitario

En el caso de puestos de trabajo como conductor o auxiliar, puede ser difusa la frontera entre la obligatoriedad o voluntariedad pues, no cabe duda que si un conductor de ambulancia no se encuentra con sus capacidades psicofísicas en perfecto estado, puede resultar un peligro para él mismo o para terceros, es decir, compañeros de trabajo, pacientes, transeúntes u otros conductores.

Sin embargo, no hay legislación que arroje luz al respecto, aunque sí se han dado sentencias de tribunales, dando la razón a empresas que han obligado a sus conductores a realizarse el reconocimiento médico.

Exposición a agentes biológicos

Pero además, no hay que olvidar que todos los trabajadores del ámbito sanitario están expuestos a los agentes biológicos durante su actividad profesional, ya que asisten a pacientes que pueden sufrir enfermedades infecto-contagiosas. De ahí la importancia de la vigilancia de la salud en este sector.

¿Cuándo debe llevarse a cabo la vigilancia de la salud?

La vigilancia de la salud de los trabajadores debe abarcar:

- Una evaluación de la salud inicial, después de la incorporación al trabajo o después de la asignación de tareas que supongan nuevos riesgos para la salud.
- Una evaluación de la salud periódica, cuya periodicidad dependerá de las condiciones de exposición.
- Una evaluación de la salud después de una ausencia prolongada por motivos de salud.

Regulación de la vigilancia de la salud

Además de lo recogido en la Ley 31/1995, de prevención de riesgos laborales, en junio del



2011 se publicó el Real Decreto 843/2011, en el que se establecen los criterios básicos sobre la organización de recursos para desarrollar la actividad sanitaria de los servicios de prevención. Esta norma tiene dos objetivos principales:

- Mejorar la calidad de la actividad sanitaria realizada por los servicios de prevención de riesgos laborales.
- Homogeneizar las acciones de vigilancia de la salud de los trabajadores en todo el territorio nacional.

Y próximamente, el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo publicará una Guía con aportaciones sobre las actividades de vigilancia de la salud.

El Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad tiene la competencia para editar los Protocolos de vigilancia sanitaria específica de los trabajadores que habrán de tenerse en cuenta a la hora de llevar a cabo los exámenes de salud de cada puesto de trabajo. Algunos Protocolos disponibles en la web del Ministerio (www.msc.es) son:

- Protocolo de vigilancia sanitaria específica para los/as trabajadores/as expuestos a agentes biológicos.
- Protocolo de vigilancia sanitaria específica para los/as trabajadores/as expuestos a riesgos derivados de la manipulación manual de cargas.
- Protocolo de vigilancia sanitaria específica para los/as trabajadores/as expuestos a posturas forzadas.

Ropa de alta visibilidad

Señalizar una actuación en la calzada es imprescindible para evitar accidentes. La ropa de alta visibilidad cumple con la función de señalización, pero debe reunir unas características especiales.

Equipos de protección individual

Cuando un riesgo laboral no puede ser controlado o aislado en su origen hay que recurrir a la protección individual. O dicho de otra forma, hay que priorizar la protección colectiva frente a la individual. Este es el caso cuando estamos desarrollando la actividad profesional en una calzada con vehículos circulando.

Además de la señalización del accidente, si es el caso, las paradas en la calzada de una ambulancia requieren de la señalización de

los conductores, camilleros o acompañantes, por ejemplo el personal sanitario que va a intervenir, a través de la ropa, generalmente superpuesta a otra de abrigo. Este equipo de señalización puede considerarse un equipo de protección individual.

Las normas altamente visibles

La utilización de una prenda de alta visibilidad no garantiza que el usuario sea visible en todas las condiciones. Existe una norma, la UNE EN 471: 2004, Ropa de señalización de alta visibilidad para uso profesional - Métodos de ensayo y requisitos, aplicada, normalmente, en los procesos de certificación de ropa de alta visibilidad de acuerdo con el Real Decreto 1407/1992.

Los requisitos establecidos en dicha norma son los que vamos a considerar a la hora de desarrollar las características y propiedades que deben tener las prendas de AV. Hay que resaltar el hecho de que existe una norma europea, la EN 1150:1999 Ropa de visibilidad para uso no profesional: Requisitos y métodos de ensayo, con distintas exigencias.

Materiales de las prendas

Las prendas de AV están confeccionadas básicamente con dos tipos de materiales: material de fondo (fluorescente) y material retrorreflectante. La diferencia entre materiales fluorescentes y retrorreflectantes es la diferencia entre el día y la noche.



Los materiales fluorescentes convierten la luz ultravioleta invisible en luz visible. Los colores fluorescentes tienen las propiedades necesarias para aumentar la visibilidad diurna.

El material retrorreflectante tiene propiedades de retrorreflexión, propiedad física que ayudará al ojo a percibir la luz en condiciones de baja iluminación.

La retrorreflexión tiene lugar cuando los rayos de luz retornan a la dirección de la cual procedían. Una gran cantidad de luz reflejada retorna directamente a la fuente de luz original, como sería el caso de los faros de los coches iluminando un material de este tipo.

Clases de ropa

La ropa de señalización está agrupada en tres clases. Cada una de ellas debe tener unas superficies mínimas de los materiales visibles constituyentes de la prenda, de acuerdo con lo indicado en la tabla

Superficies mínimas exigidas de material visible en m ²			
	Prendas de Clase 3	Prendas de Clase 2	Prendas de Clase 1
Material de fondo	0,80	0,50	0,14
Material retrorreflectante	0,20	0,13	0,10
Material combinado	—	—	0,20

A mayor clase, mayor nivel de protección. La clase 3 proporciona visibilidad en 360°, así como el reconocimiento de la figura humana.

Se definen las prendas de clase 3 así: Proporcionan el mayor nivel de visibilidad y están pensadas para trabajadores que afrontan un serio peligro y que, con frecuencia, realizan tareas de alta carga. Son situaciones de altas

cargas de trabajo en áreas de alto riesgo, malas condiciones climáticas y tráfico con velocidades superiores a 80 km/h. Las prendas para estos trabajadores deberían proporcionar un aumento de la visibilidad a la mayoría del cuerpo, como brazos y piernas.

Ejemplos de trabajadores que usan prendas de clase 3:

- Personal de construcción de carreteras y señalización.
- Personal de inspección y mantenimiento de carreteras.
- Personal de emergencia y policía.

Fuente: NTP 718: Ropa de señalización de alta visibilidad del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Referencia normativa: Real Decreto 1407/1992, de 20 de noviembre, establece los requisitos que deben cumplir los EPI, desde su diseño y fabricación hasta su comercialización, con el fin de garantizar la salud y seguridad de los usuarios.

Protecciones frente al riesgo biológico

Cualquier trabajador sanitario está expuesto al contagio de enfermedades infecciosas y en el transporte sanitario el riesgo también está presente. Conocer los mecanismos de transmisión y las medidas preventivas evitarán accidentes laborales.



Mecanismos de transmisión

El principal mecanismo de transmisión, además del contacto directo o por vía aérea, es el contacto con sangre o con fluidos corporales por vía parenteral. También, de manera accidental, pueden producirse pinchazos.

Algunas de las enfermedades infectocontagiosas más importantes a las que pueden estar expuestos los trabajadores del transporte sanitario son el VIH, las hepatitis B y C, la tuberculosis y el tétanos, derivadas del contacto con los virus responsables de la patología derivada.

Información y medidas de protección

Teniendo en cuenta la repercusión de este tipo de accidentes, es primordial que los trabajadores estén informados sobre ellos y sobre la mejor forma de actuar para evitarlos.

En particular, la información en esta materia se deberá centrar, al menos, en lo siguiente:

- Selección y uso de Equipos de Protección Individual.
- Técnicas correctas de higiene.
- Actuaciones de emergencia en caso de sospecha o incidente de contaminación.

Precauciones universales

En 1987, el Centro de Control de Enfermedades (C.D.C) de Atlanta estableció una política de control de la infección, que denominaron "Precauciones universales". Estas precauciones tienen el objetivo de prevenir la transmisión de agentes infecciosos a los trabajadores del sector sanitario y se basan en:

- Vacunación (inmunización activa).
- Normas de higiene personal.
- Elementos de protección de barrera.
- Cuidado con los objetos cortantes.
- Esterilización y desinfección correcta de instrumentales y superficies.

DIRECTIVA 2010/32/UE DEL CONSEJO de 10 de mayo de 2010 que aplica el Acuerdo marco para la prevención de las lesiones causadas por instrumentos cortantes y punzantes en el sector hospitalario y sanitario celebrado por HOSPEEM y EPSU.

Riesgos en la movilización de accidentados

Una vez que el accidentado está estabilizado, asegurado e inmovilizado el cuello y/o la columna para no provocar daños añadidos, se procede a su traslado manual. Pero toda manipulación manual de cargas entraña ciertos riesgos que hay que evitar. Repasemos algunos aspectos a tener en cuenta.

Evaluar los riesgos

Cuando la manipulación manual no pueda evitarse, se deberán evaluar los riesgos teniendo en cuenta factores como las características de la carga, el esfuerzo físico necesario, las características del medio de trabajo, las exigencias de la actividad y los factores individuales de riesgo. Como orientación, se puede ver en la tabla el peso máximo recomendado, teniendo en cuenta que se realice en condiciones ideales de mantenimiento

	Peso máximo
En general	25 kg
Mayor protección	15 kg
Trabajadores entrenados	40 kg

Factores de riesgo de la movilización de personas

En el caso de la movilización de personas en el sector del transporte sanitario, los factores de riesgo se ven incrementados por las situaciones de emergencia en las que se debe actuar con rapidez y sin posibilidad de esperar, en muchos casos, la ayuda otros compañeros o el uso de ayudas mecánicas y en posturas forzadas.

Medidas preventivas

Para la movilización de cargas, los ergónomos hacen una serie de recomendaciones generales que en el sector del transporte sanitario no son aplicables. Por ejemplo, la reducción del peso de la carga, el rediseño de las tareas o la regulación del ritmo de trabajo, puesto que son condicionantes del trabajo no pue-



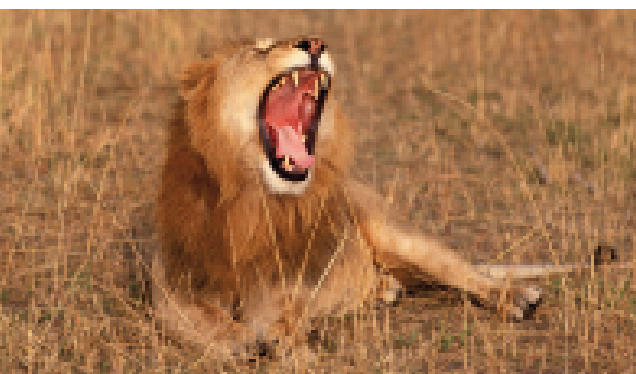
den ser controladas con anterioridad. Sin embargo, se pueden adoptar otro tipo de medidas organizativas como:

- Ubicar la ambulancia lo más cerca posible del herido para reducir la distancia del desplazamientos y siguiendo los protocolos de aplicación en cada caso.
- Informar, sensibilizar y concienciar a los trabajadores para que se mantengan entrenados, reduciendo así los efectos perjudiciales en la salud.

Y sobre todo flexionar las piernas, mantener la espalda recta y evitar los giros de la columna.

El león y el estrés, ¿aliado o enemigo?

Según datos del Instituto Nacional de Estadística, el estrés afecta a más del 40% de las personas asalariadas y en torno al 50% de los empresarios, ocasionando pérdidas de muchos millones de euros. Veamos algunos conceptos aportados por distintos investigadores en las últimas décadas, para entender un poco mejor el papel que juega el estrés en nuestra vida laboral.



¿Qué es el estrés?

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el estrés es el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción. Pero, la pregunta es, ¿a qué acción se refiere?

Intentemos comprender un poco mejor esta definición con un ejemplo del reino animal, que se está haciendo cada vez más popular: Una cebra está comiendo y ve a lo lejos un león, sabe que está en peligro y reacciona corriendo. El problema es que las situaciones en la vida laboral no son tan claras como en la sabana, y los trabajadores no somos cebras.

¿Aliado o enemigo?

En principio, podemos considerar el estrés como un mecanismo valioso para movilizar nos ante situaciones difíciles, como hemos visto con el ejemplo de la cebra. Por tanto, el estrés puede ser positivo, y lo llamamos

Eutrés, cuando nos ayuda a resolver satisfactoriamente una situación complicada, como un periodo puntual de mayor demanda de trabajo.

El problema surge cuando, una vez que ha pasado la situación que nos ha hecho activarnos para poder actuar, no recuperamos el equilibrio, y el estrés se convierte en un estado de tensión que afecta a nuestro organismo. Entonces decimos que el estrés es negativo, y lo llamamos distrés.

Tipos de estrés

Para profundizar un poco más en el concepto, veamos algunos tipos de estrés que nos sirven para comprender algunos matices.

El **estrés agudo** es el producto de la percepción de una agresión o un gran cambio ambiental, ya sea físico o emocional, limitado en el tiempo pero que supera el umbral del sujeto, dando lugar a una respuesta también intensa, rápida y muchas veces violenta.

El **estrés crónico** puede darse por una exposición prolongada y continua a factores estresantes externos o por condiciones prolongadas de la respuesta al estrés.

El **estrés por subestimulación** se da cuando nuestro organismo se encuentra en una inactividad exagerada, poco solicitado o en reposo excesivo.

¿Cómo respondemos al estrés?

En el año 1971, Lang acuñó el término **Triple Sistema de Respuesta**, señalando que las respuestas ante una situación de estrés se manifiestan en tres niveles: **cognitivo, fisiológico y motor**. Veamos con más detalle en qué consiste esta teoría.

Respuesta fisiológica

Explicado de una forma muy sintética podemos decir que, cuando una persona percibe una situación como amenazante, se transmite una señal de alarma al tálamo (situado en el centro del cerebro y a donde llegan la mayoría de percepciones sensoriales) y a la amígdala (llamado a veces cerebro emocional), a través las redes neuronales. Entonces, el cuerpo se prepara para actuar (luchar o huir – **fight/flight**), provocando cambios fisiológicos en el organismo: el corazón se acelera, aumenta la frecuencia respiratoria, los músculos se tensan, aumenta la sudoración,...

En el ámbito laboral, estas reacciones se pueden dar cuando un cliente hace una reclamación en un momento en el que, por ejemplo, hay otros clientes esperando.

Respuesta cognitiva

Una vez que el organismo está preparado para la lucha o la huida, la señal de peligro llega a la corteza cerebral, donde reside el pensamiento consciente, y se analiza si la si-

tuación es realmente amenazante o no. Si el individuo advierte que la situación es amenazante, la reacción fisiológica se intensifica para mantener el nivel de activación necesario para responder a la situación, así interactúa el sistema cognitivo con el resto.

Respuesta motora o conductual

Ante una situación de estrés, nuestra conducta puede ser adaptativa o no adaptativa, es decir, puede ser adecuada o no para resolver la situación. Algunos autores distinguen tres tipos de conductas no adaptativas: el enfrentamiento agresivo, la huida y la pasividad.

La respuesta individual

Pero el que una situación sea estresante para alguien depende, en gran medida, de cómo la persona la percibe e interpreta. En ocasiones, la situación es objetivamente estresante, pero en otras la valoramos incorrectamente, en alguno de los tres niveles, de forma que la percibimos como amenazante cuando realmente podría no serlo.





Entrevista al Presidente AMETRA

Desde la redacción de este boletín, en este primer número hemos querido hacer una primera aproximación al sector hablando con el presidente de AMETRA, David Santos Badía.

Redacción. Queríamos tener una visión global sintética del sector respecto de la prevención de riesgos laborales.

David. Estamos a vuestra disposición para extender la cultura preventiva en el sector. Debemos tener en cuenta, en primer lugar, los diferentes puestos de trabajo y los servicios que ofrecemos. En relación a los servicios hay que diferenciar los programados de los que son a demanda o por urgencia.

R. ¿Qué riesgos destacarías en Seguridad en el Trabajo?

D. Fundamentalmente los relacionados con los accidente de tráfico, pero durante algunos servicios también se dan situaciones en los que el calzado y otros elementos contribuyen a mejorar la seguridad del trabajador.

R. Respecto a la Higiene Industrial, ¿qué aspectos son más relevantes en vuestra actividad?

D. Nuestro contacto con productos químicos se centra, en la mayoría de los casos, en la fase de limpieza de los vehículos, cuando se realiza manualmente. Sin embargo, aunque no es el servicio más frecuente, también estamos expuestos a contagios de enfermedades de algunos usuarios, aunque no sea frecuente.

R. Y en relación a la Ergonomía, ¿qué problemas tenéis identificados?

D. Como ocurre en el sector sanitario en general, aunque en mucha menos medida, estamos expuestos al riesgo que supone el movimiento de pacientes. Sin embargo, los trabajadores del sector están sensibilizados en relación a la importancia de manejar cargas correctamente.

R. Estamos haciendo un estudio inicial de riesgos psicosociales, pero ¿nos puedes adelantar algunas ideas sobre este tema?

D. Son riesgos complejos de identificar y de definir, y especialmente de achacar exclusivamente al entorno laboral. Estudiar este asunto contribuirá a que adelantemos más el papel del empresario, del trabajador, del entorno doméstico y de otros factores sociales que influyen en los trabajadores desde la perspectiva psicosocial.

Noticias

Una correcta hidratación en el trabajo "mejora la productividad y reduce costes sanitarios por accidentes o enfermedad"

Fuente: <http://ecodiarrio.economista.es> - 20/01/2012

Una correcta hidratación en el trabajo "mejora la productividad y reduce costes sanitarios por accidentes o enfermedad", según el presidente de la Fundación para la Investigación Nutricional (FIN) y presidente de la Academia Española de Nutrición y Ciencias de la Alimentación (AEN), el profesor Lluís Serra-Majem.

A su juicio, esto "compensa el pequeño descenso de la productividad derivado de los descansos". Este doctor y el presidente de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC), el profesor Javier Aranceta Bartrina, son los autores de la guía "La hidratación en el trabajo". El manual presentado establece la hidratación como "herramienta esencial de promoción de la salud laboral", explican.

Ambos autores han establecido que tan solo una deficiencia del 1% del peso corporal "se ha relacionado con disminución del rendimiento físico", mientras que una deshidratación del 2% "afecta ya al rendimiento intelectual". Esto puede alterar la memoria a corto plazo, la atención, la sensación de fatiga o las facultades aritméticas. Además, la velocidad psicomotriz o la rapidez en la toma de decisiones perceptivas puede verse reducida.

Por último, en la guía se observan las consecuencias de no beber el suficiente líquido recomendado. El aumento de la presión cardiovascular y del ritmo cardíaco de forma progresiva, lo que deriva en un aumento de la percepción de fatiga, puede ser una de las consecuencias de no hidratarse correctamente.



El Catálogo de Formación 2012 ya está disponible en la web del IRSST

Fuente: Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo - 06/02/2012

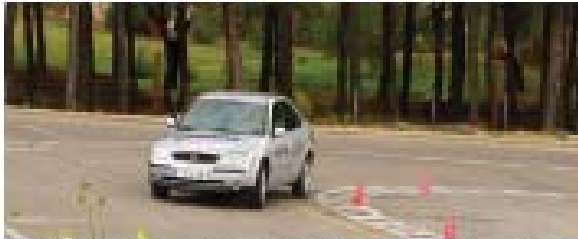
Continuando con la labor formativa que el IRSST viene desarrollando hace ya más de una década, el Catálogo de Formación 2012 presenta una oferta formativa en la que, además de las 18 ediciones del curso de nivel básico en sus diferentes modalidades, se proponen 4 convocatorias de cursos complementarios a los anteriores, así como otros cursos de contenido diverso y jornadas específicas para el debate de temas preventivos de actualidad.



El Catálogo de Formación 2012 ya puede consultarse y descargarse en la página web del IRSST, si bien próximamente estará disponible, además, en formato papel. Las solicitudes para participar en todas las acciones formativas, que se ofrecen gratuitamente, pueden presentarse telemáticamente, por fax, correo electrónico, correo postal o, presencialmente, en la sede de la calle Ventura Rodríguez del IRSST.

Las nuevas tecnologías aplicadas a la seguridad en el transporte por carretera

Fuente: Instituto Regional de Seguridad e Higiene en el Trabajo - 08/02/2012



La directora general de Trabajo, y gerente del IRSST, Mar Alarcón, visitó el 7 de febrero las instalaciones del Instituto Nacional de Técnica Aeroespacial "Esteban Terradas" en Torrejón de Ardoz.

El INTA, organismo dependiente del Ministerio de Defensa especializado en la investigación y desarrollo tecnológico aeroespacial, cuenta en sus instalaciones con un departamento destinado al transporte terrestre, con un conjunto de pistas de ensayo y simuladores de conducción de muy alto nivel. Uno de los simuladores se ha desarrollado para la prevención de accidentes laborales, con el objetivo de contribuir a mejorar la seguridad vial y reducir los accidentes "in-itinere" y en misión.

Con estos simuladores se puede generar o reproducir, con la mayor fidelidad posible, cualquier situación en la carretera. Funcionan tanto como simuladores de autobús como de camión, y disponen de un gran número de variables e incidencias que pueden ser introducidos en cualquier ejercicio, desde placas de hielo en el pavimento, a peatones, animales, cambios climatológicos, variación de la densidad y velocidad del tráfico, etc. También se pueden definir las condiciones del vehículo e incidencias sobre el mismo, neumáticos, potencia, averías, etc.

Su aplicación práctica en el ámbito de la formación es de gran utilidad, creando reflejos condicionados en los conductores de modo que sepan reaccionar ante una situación de riesgo y lo que es más importante, aprender a evitarlas. Asimismo, en el campo de la investigación, I+D+i, se pueden realizar todo tipo de estudios sobre los factores que afectan al conductor; ya sean propios (sueño o cansancio) como ajenos (señalización en carretera), así como la integración de nuevas tecnologías en los vehículos actuales y su efecto sobre la conducción.

Solo un 12% de trabajadores reciben cursos de seguridad vial laboral

Fuente: www.outocasion.com - 23/05/2012

Solo un 12% de las personas que usan el coche para acudir a su puesto de trabajo han recibido formación sobre seguridad vial laboral, aunque seis de cada diez considera que dicha formación podría reducir el riesgo de accidentes de tráfico mortales.

Estas son algunas de las conclusiones del estudio que han presentado la Confederación Nacional de Autoescuelas (CNAE) y la Fundación Española para la Seguridad Vial (Fesvial) que refleja también que el vehículo privado, además de un medio de transporte, es una herramienta de trabajo para el 26% de los encuestados.

Alrededor del 35% los accidentes laborales mortales son accidentes de tráfico, según datos del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

Según ha reconocido el director de Proyectos de Fesvial, José Ignacio Lijaró, "no es el mejor momento" para que las empresas inviertan en seguridad vial, pero ha recordado que, en términos económicos, la muerte de un trabajador cuesta 1,4 millones de euros, por lo que cualquier intervención en este sentido "no es un coste sino una inversión".

Del total de personas que han recibido cursos de formación en este terreno, el 63% lo han hecho sobre velocidad y distracciones y el 75% asegura que pondrán en práctica las recomendaciones recibidas.

Sobre la información que le gustaría recibir en estos cursos, el 52% apunta a temas relacionados con la conducción económica y ecológica y el 49% sobre la normativa de tráfico, mientras el 50% vería con buenos ojos que fueran los profesores de autoescuelas los que los impartiesen.

Los administrativos, los que más accidentes sufren 'in itinere'

Fuente: finanzas.com - 18/06/2012



El colectivo de trabajadores administrativos es el que más accidentes laborales sufre 'in itinere', según se ha planteado en una jornada de prevención de riesgos laborales centrada en los accidentes de tráfico en el trabajo.

Un estudio realizado en el año 2010, que mostró que los accidentes "in itinere" supusieron un 11,8 por ciento del total de los accidentes laborales ocurridos en España ese año.

El 71,6 por ciento de esos accidentes fue de tráfico, una cifra a la que se sumó el 8,3 por ciento de accidentes ocurridos durante la jornada laboral.

Además, el 34,8 por ciento de los accidentes laborales con resultado de muerte en el año 2010 correspondió también a accidentes de tráfico, de modo que "la principal causa" de los accidentes laborales fue el tráfico.

Es más, un 22 por ciento de esos accidentes fue "grave", y el colectivo que más se ha visto afectado por los accidentes laborales 'in itinere' ha sido el de los administrativos y, además, en carreteras secundarias.

Preven-Párrafo

Completa el párrafo con estas palabras, ayudándote de las definiciones

evaluar los riesgos

ergonómica

emergencias

absentismo

accidentes laborales

enfermedades profesionales

vigilancia de la salud

Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT)

Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos laborales

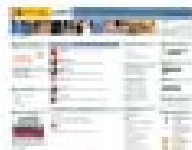
La **1** _____, establece la obligación para el empresario entre otras, de **2** _____ incluso en su vertiente **3** _____; además de prever las **4** _____ y de llevar a cabo la **5** _____ del trabajador, para evitar los **6** _____ y las **7** _____, lo que además supondrá un descenso del **8** _____, todo lo cual puede llevarse a cabo consultando la documentación elaborada por el **9** _____.

1. Norma básica que pretende ser el pilar fundamental y el marco general de las acciones preventivas en materia de Seguridad y Salud de los trabajadores (Ley 31/1995).
2. Proceso mediante el cual se obtiene la información necesaria para que la empresa esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la adopción de acciones preventivas y correctivas.
3. Disciplina preventiva que asegura la adaptación del trabajo a la persona.
4. Situaciones excepcionales en las que hay que adoptar las medidas necesarias en materia de primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores.
5. Obligación consistente en la actividad sanitaria a desarrollar por la empresa, a nivel individual y/o del conjunto de los trabajadores, de la que se derivan la determinación de las condiciones de aptitud o no aptitud para el desempeño del puesto de trabajo y, en su caso, las recomendaciones pertinentes.
6. Lesión corporal que sufre el trabajador durante su actividad u ocupación no laboral, que le mantiene en periodo de baja para el desarrollo de sus obligaciones profesionales.
7. Las contractas a consecuencia del trabajo ejecutado por cuenta ajena en las actividades que se especifican en el cuadro incluido en el RD 1299/2006, y que esté provocada por la acción de los elementos y sustancias que en dicho cuadro se indican para cada enfermedad profesional.
8. Faltas de asistencia intermitentes del trabajador a su lugar de trabajo que, aunque sean justificadas, pueden suponer la extinción de la relación laboral.
9. Órgano científico, técnico y especializado de la Administración General del Estado, que tiene como misión el análisis y estudio de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo, y la promoción y apoyo a la mejora de las mismas.

Solución al pasatiempo

La Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales establece la obligación para el empresario entre otras de evaluar los riesgos (1) en un laboratorio y las enfermedades profesionales (2) que además implicará un descenso del absentismo (8) que podrá llevarse a cabo consultando su vertiente ergonómica (3) de prever las emergencias (4) y de llevar a cabo la vigilancia de la salud (5) del trabajador para evitar los accidentes (6) a consecuencia del trabajo ejecutado por cuenta ajena (7) en las actividades que se especifican en el cuadro incluido en el RD 1299/2006, y que esté provocada por la acción de los elementos y sustancias que en dicho cuadro se indican para cada enfermedad profesional.

Web's de interés



Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo - INSHT -
Órgano Científico-Técnico que tiene como misión el análisis y estudio de las Condiciones de Seguridad y Salud en el Trabajo, así como la promoción y apoyo a la mejora de las mismas.



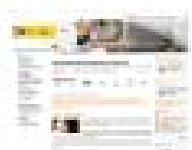
Organización Internacional del Trabajo - OIT -
Institución mundial responsable de la elaboración y supervisión de las Normas Internacionales del Trabajo.



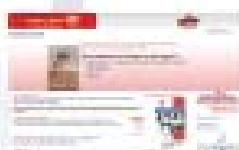
Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo - IRSSST -
Organismo autónomo gestor de la política de seguridad y salud en el trabajo en la Comunidad de Madrid.



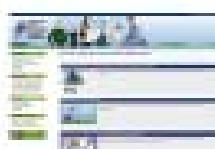
Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud - ISTAS -
Fundación autónoma promovida por CCOO con el objetivo general de impulsar actividades de progreso social para la mejora de las condiciones de trabajo, la protección del medio ambiente y la promoción de la salud.



Inspección de Trabajo y Seguridad Social - ITSS -
Servicio público al que corresponde ejercer la vigilancia del cumplimiento de las normas de orden social y exigir las responsabilidades correspondientes en caso de infracción o incumplimiento.



Unión General de Trabajadores - UGT - SALUD LABORAL -
Organización sindical cuya finalidad es difundir la cultura preventiva, a través del área de Salud Laboral.



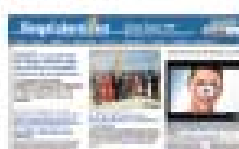
Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales - FPRL -
Fundación cuyo fin primordial es la promoción, especialmente en las pequeñas y medianas empresas, de actividades destinadas a la mejora de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo.



Prevention World
Revista especializada que engloba todo tipo de información y recursos sobre prevención de riesgos laborales.



Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo - EU-OSHA -
Agencia Europea cuya función principal es contribuir a la mejora de la vida laboral en la Unión Europea.



Riesgo Laboral
Revista especializada que pretende ser el referente informativo en materia de prevención de riesgos laborales.

SOLICITUD DE SERVICIOS GRATUITOS

Persona de contacto

Dirección y teléfono de contacto

Enviar al fax 91 388 43 50
o al e-mail
secretaria@ametra.org

También puedes consultar
cualquier duda al teléfono
900 170 107
de 9 a 17 horas de lunes a viernes

Solicita:

- Visita de un técnico en PRL para asesoramiento

ZM

La Suma de Todos



CONSEJO DE MARCA,
TURISMO Y CULTURA

Comunidad de Madrid

www.madrid.org

Calle Ventura Rodríguez, 7
28008 Madrid
Teléfono: 900 713 123

ceim

CONFEDERACIÓN
EMPRESARIAL
DE MADRID
CEEM

Calle Diego de León, 60
28008 Madrid
Teléfono: 91 411 60 17
Fax: 91 662 76 37

AMETRA

Calle Capitán Hays, 66 - 7º B
28008 Madrid
Teléfono: 91 671 60 67
Fax: 91 671 60 23