

CONTENIDO

EDITORIAL

INFORMACIÓN

- Nuevo criterio técnico 104/2021, sobre actuaciones de la Inspección de Trabajo frente a los riesgos psicosociales.
- Plan Tipo de Movilidad Segura y Sostenible en la Empresa.
- Campaña "Tu vida, sin vuelcos" al día.
- Trabajo con PVD: Riesgos derivados del avance de las TIC. Trabajo líquido y riesgo emergente en las sociedades de la información.
- Libro Verde de la Comisión Europea sobre los retos y las oportunidades que ofrece el envejecimiento.
- Plan Europeo de Lucha contra el Cáncer: un nuevo enfoque de la UE en materia de prevención, tratamiento y cuidados.
- La Comisión adopta la Estrategia de sostenibilidad para las sustancias químicas con miras a un entorno sin sustancias tóxicas.

BREVES

- Presentación de la nueva dirección del INSST.
- Aprobada la nueva Estrategia de EU de SST 2021-2027.
- Límite de exposición para el amianto. Informe de la ECHA.
- Guía Clínica: Proceso de atención a personas con trastorno mental común y manejo del malestar emocional. Colaboración entre Atención Primaria y Salud Mental.
- EU-OSHA apoya la campaña de ELA para proteger a los trabajadores temporeros.
- El informe de CEEMET destaca cómo la digitalización puede ayudar a que los lugares de trabajo sean más seguros y saludables.

NOVEDADES EDITORIALES

OPINIÓN



Juan Rodríguez Gil

Enusa

La implantación del Recurso Preventivo, una compleja tarea dentro de las grandes empresas.

NOTAS PRÁCTICAS



Bipedestación prolongada

El objetivo principal del periódico ERGA Noticias es sensibilizar sobre el tema de la seguridad y la salud, aportando al mundo del trabajo las nuevas tendencias en el campo de la prevención. Consta de un Editorial o artículo de fondo, que ofrece diversos puntos de vista y orienta sobre temas de actualidad relacionados con la seguridad laboral, un apartado de Noticias de interés general sobre condiciones de trabajo, una Opinión, un Anuncio sobre las últimas publicaciones editadas por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, y un apartado titulado: Notas Prácticas, que desarrolla, a través de temas monográficos tratados de forma didáctica, aspectos relevantes relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo.

Su periodicidad es semestral y está dirigido tanto a empresarios como a trabajadores.

El INSST cumple 50 años dedicado a la promoción y apoyo a la mejora de la seguridad y la salud en el trabajo.



Trabajamos por la prevención de riesgos laborales, trabajamos por ti.

Título: ERGA Noticias.

Autor: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, O.A., M.P. (INSST).

Elaborado por: Montserrat Solórzano (Directora), Manuel Fidalgo, y M^a Dolores Solé (Consejo de redacción). M^a Carmen Alonso y Jaime Núñez (Redacción).

Edita: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, O.A., M. P. (INSST).

C/ Torrelaguna, 73. 28027 Madrid. Tel. 91 363 41 00, fax 91 363 43 27. www.insst.es

Composición: Servicio de Ediciones y Publicaciones del INSST.

Edición: Barcelona, julio 2021.

NIPO (en línea): 118-20-011-1.

El INSST cumple 50 años dedicado a la promoción y apoyo a la mejora de la seguridad y la salud en el trabajo



<https://www.insst.es/el-instituto-al-dia/el-insst-cumple-50-anos-dedicado-a-la-promocion-y-apoyo-a-la-mejora-de-la-sst>

El **Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P.** es el órgano científico técnico 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, así como la promoción y apoyo a la mejora de las mismas, estableciendo la cooperación necesaria con los órganos de las Comunidades Autónomas con competencias en esta materia. El Instituto, dando así cumplimiento a las funciones encomendadas por la Ley de prevención de Riesgos Laborales y la Estrategia Española de la Seguridad y Salud en el Trabajo 2015-2020, fomentará y prestará apoyo a la realización de actividades de promoción de la seguridad y salud en el trabajo por parte de las Comunidades Autónomas y de la Administración General del Estado, con los que establecerá las necesarias acciones de cooperación, así como fomentará y prestará apoyo a la realización de las mencionadas actividades promovidas por las organizaciones de empresarios y de trabajadores que tengan la consideración de más representativas a nivel estatal y en general, por parte de Entidades cuyas actuaciones puedan contribuir a la mejora de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo. Esta institución, dirigida desde el pasado 1 de marzo de 2021, por Carlos Arranz Cordero, celebra este año sus cincuenta años de andadura con el nuevo lema *“Trabajamos por la prevención de riesgos laborales, trabajamos por ti”*. En todos estos años, esta institución ha trabajado con entusiasmo e ilusión, en pos de la mejora de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo, en la definición, fomento e implementación de políticas preventivas acordes con la evolución de las circunstancias socioeconómicas y laborales, y en apoyo a las necesidades específicas

de la población trabajadora; siempre con la vista puesta en el futuro y sin dejar de tener presente lo que el pasado tanto nos enseñó.

El INSST, junto con el resto de organizaciones que tienen como fin la prevención de los riesgos laborales y, en general, la seguridad y salud en el trabajo, han sabido adaptarse a los cambios. El recorrido se inició en 1971 con la Ordenanza General de Seguridad e Higiene en el Trabajo, pasando por la Ley 31/95 de prevención de Riesgos Laborales, que supuso una modificación sustancial del enfoque preventivo, y la posterior Ley 54/2003 de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales que conllevó a una mejora significativa de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo; esta institución también participó en la definición, a través del diálogo social, de las Estrategias Españolas de la Seguridad y Salud en el Trabajo 2007-2012 y 2015-2020, definidas en consonancia con las políticas europeas e internacionales y aprobadas con el consenso del Gobierno, los Agentes Sociales y las Comunidades Autónomas.

Se destaca el hecho que, a pesar de los avances conseguidos, todavía la integración de la prevención de riesgos laborales es insuficiente en determinadas empresas, sectores, organizaciones, etc. Todo esto, unido a la crisis sanitaria que estamos sufriendo por la pandemia COVID y que lleva asociada cierta incertidumbre, supone un gran reto para el INSST. La institución, dada su alta capacidad de reacción y adaptación, y utilizando todos los recursos disponibles, se compromete a dar un paso más hacia la consolidación de la cultura preventiva, y avanzar hacia nuevas formas de gestión de la salud en el trabajo demandadas por una sociedad concienciada, involucrada y exigente.

Nuevo criterio técnico 104/2021 sobre actuaciones de la Inspección de Trabajo frente a los riesgos psicosociales.



La Inspección de Trabajo ha publicado el pasado 15 de abril, el Criterio Técnico 104/2021 sobre la actuación frente a los riesgos psicosociales que pueden llegar a afectar de manera considerable la salud de los trabajadores.

El presente Criterio Técnico mantiene la vigencia del Criterio Técnico 69/2009 sobre Acoso y Violencia en el Trabajo, teniendo en cuenta que todavía no hay suficientes avances en la jurisprudencia de los tribunales respecto al establecimiento de un concepto unívoco de acoso laboral y al hecho cierto de que puede estar próxima la ratificación y aplicación del Convenio 190 de la OIT sobre Violencia y Acoso en el Trabajo, lo cual implicaría la aprobación de una regulación legal en esta materia.

Se estructura en torno a las tres actuaciones inspectoras más frecuentes en esta materia:

1. La primera se refiere a las actuaciones de control de la gestión preventiva de los riesgos psicosociales de acuerdo con las disposiciones básicas de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) y el Reglamento de los Servicios de Prevención y su repercusión sobre las normas de igualdad de trato y no discriminación de acuerdo con las guías del Comité de Altos Responsables de la Inspección de Trabajo de la Unión Europea (SLIC).
2. La segunda versa sobre las actuaciones inspectoras motivadas por las denuncias de los trabajadores sobre la exposición real a estos riesgos y la aplicación armónica y coherente de las disposiciones de la LPRL y los derechos laborales básicos del Art. 4 ET.

3. La tercera se refiere a las actuaciones sobre daños a la salud y accidentes de trabajo motivados por dicha exposición y la aplicación de la LPRL y la Ley General de la Seguridad Social (en adelante, LGSS).

El Criterio Técnico señala la obligación del empresario de proteger a los trabajadores de los riesgos psicosociales, señalando, además, que las actuaciones de la ITSS sobre la gestión de riesgos psicosociales pueden tener su origen, entre otras, en las siguientes circunstancias:

1. Con motivo de campañas de prevención de riesgos psicosociales
2. Por denuncias específicas motivadas en la falta de actuación por parte de la empresa en la intervención de riesgos psicosociales u otros riesgos.
3. Cuando la Inspección de Trabajo así lo requiera.

Una de los aspectos a resaltar del Criterio técnico es obligación de evaluar los riesgos psicosociales de sus empleados, es decir, la posibilidad de que sufran estrés, ansiedad o malestar psíquico en su entorno de trabajo, pudiendo ser sancionadas por la Inspección de Trabajo en caso de no llevarla a cabo.

Dichas intervenciones se valorarán dependiendo del cumplimiento de las obligaciones legales de la empresa, a través de requerimientos que busquen subsanar dichos incumplimientos, llegando incluso a generar un proceso sancionador. Con este criterio, la Inspección ratifica que los riesgos psicosociales son también riesgos laborales y advierte a las compañías de la obligación de evaluarlos y planificar medidas para solventarlos en caso de detectar problemas. En este [enlace](#) se puede acceder al Criterio Técnico 104/2021, sobre actuaciones de la inspección de trabajo y seguridad social en riesgos psicosociales.

Plan Tipo de Movilidad Segura y Sostenible en la Empresa

La Dirección General de Tráfico (DGT), con la colaboración del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) y de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social (ITSS), ha publicado recientemente la actualización del '[Plan Tipo de Seguridad Vial en la Empresa](#)'. Este documento nació como una guía de apoyo dirigida principalmente a los responsables de prevención de riesgos en las empresas. En la década transcurrida desde su primera versión, en 2011, ha resultado muy útil para numerosas empresas, la mayor parte de tamaño medio y grande.

Los accidentes de tráfico se han convertido en una de las primeras causas de muerte por accidente laboral. La mayor parte de estos accidentes son de vehículos a motor particulares, fundamentalmente automóviles y motocicletas, ya que una gran parte de los desplazamientos cotidianos de millones de trabajadores para acceder a sus centros de trabajo se realizan, precisamente, en este tipo de vehículos.

Este modelo actual de movilidad, provocado en buena parte por el cambio urbanístico de nuestras ciudades, genera igualmente otros impactos que afectan de forma negativa al bienestar y la calidad de vida: las congestiones de tráfico, las emisiones contaminantes, el ruido del tráfico o la gran dependencia de los combustibles derivados del petróleo, se muestran como ejemplos evidentes de los impactos negativos producidos por este modelo.

Esta actualización de la guía, en colaboración con el INSST y la Inspección de Trabajo, tiene como objetivo

fundamental proporcionar información y herramientas a empresas y a trabajadores sobre los aspectos relevantes de la gestión de la seguridad vial y la movilidad sostenible en el ámbito empresarial, tratando de hacerla más útil y didáctica para las pequeñas y medianas empresas.

Lograr un cambio modal hacia una movilidad más segura y sostenible en los desplazamientos relacionados con el trabajo, debe constituir un reto prioritario en la actuación de todos los sectores implicados; tanto de las diferentes Administraciones Públicas, como de las empresas, sindicatos y los propios trabajadores.

En este [enlace](#) puede encontrar la guía de 2011.



Campaña «Tu vida, sin vuelcos» al día.



La Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (CNSST) aprobó en diciembre de 2018, a propuesta del Grupo de Trabajo Sector Agrario, el Plan Nacional de Sensibilización en Prevención de Riesgos Laborales en el Sector Agrario. La necesidad de este plan está avalada tanto por los datos de siniestralidad publicados como por los múltiples factores de riesgo a los que están sometidos los trabajadores de este sector.

Además, se acordó que la primera campaña del Plan de Sensibilización se centrara en el vuelco de tractor, principal agente material asociado al accidente en jornada laboral en las actividades agraria y ganadera.

Los objetivos de esta campaña son el fomento del uso seguro del tractor y el aumento del número de tractores provistos de estructura de protección en caso de vuelco (ROPS) y de cinturón de seguridad, a través de la concienciación respecto al riesgo de vuelco y a los posibles daños ocasionados por este tipo de accidentes.

Esta campaña se presentó en la **Jornada técnica:**

- Presentación de la Campaña de Sensibilización “Tu vida, sin vuelcos” (8 de octubre de 2019 en Madrid)

La documentación básica de la campaña consiste en:

- **Material promocional**, que incluye [un cartel](#), [un tríptico](#), imanes, chapas, pegatinas y llaveros.
- **Material técnico**, que incluye [un cartel](#), [un folleto](#), un [vídeo divulgativo](#) con [infografía](#) relacionada y un [simulador de conducción segura de tractor](#).

Se puede disponer de esta materia y, además, participar de diferentes formas en la campaña en:

<https://tuvidasinvuelcos.com/>

Toda la información: <https://www.insst.es/el-instituto-al-dia/tu-vida-sin-vuelcos>

Trabajo con PVD: Riesgos derivados del avance de las TIC. Trabajo líquido y riesgo emergente en las sociedades de la información

["Trabajo con PVD: Riesgos derivados del avance de las TIC. Trabajo líquido y riesgo emergente en las sociedades de la información"](#), así es como se titula la publicación del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) relacionado con el uso de pantallas en el ámbito laboral.

Junto a los tradicionales usuarios de PVD con un único ordenador en un entorno de trabajo fijo, las nuevas formas de organización del trabajo han determinado la conformación de nuevos usuarios de PVD y de nuevos dispositivos electrónicos con pantalla de visualización. Los avances tecnológicos incorporados en nuestro entorno laboral avanzan cada día a pasos agigantados, las nuevas formas de trabajo nos facilitan las tareas, pero a la vez representan numerosos riesgos en nuestra salud. Estas nuevas formas de trabajo que se apartan del clásico concepto anteriormente mencionado, son cada vez más numerosas y presentan unos riesgos específicos y diferenciados de los tradicionalmente ligados al empleo de PVD.

Este documento es el resultado del trabajo realizado por la Universidad Internacional de la Rioja (UNIR) en el marco de un contrato suscrito con el INSST cuyas dos líneas de trabajo principales fueron:

1. Efectuar una revisión sobre: la legislación nacional y europea existente; los estudios empíricos que ofrecen una panorámica general sobre el aumento del uso de estos dispositivos y su repercusión en la salud y seguridad laboral; la literatura científica y profesional que analiza los principales TME y factores de riesgo asociados al uso de este tipo de dispositivos.

2. Desarrollar un trabajo de campo que permitiera conocer: los nuevos escenarios de trabajo derivados del imparable avance de las TIC; los principales dispositivos electrónicos que se emplean en el contexto laboral y su patrón de uso; las consecuencias que provoca el empleo de los nuevos dispositivos electrónicos sobre la salud de la población trabajadora; y las principales medidas preventivas que adoptan las organizaciones (técnicas, organizativas y de información-formación). Los singulares escenarios de trabajo derivados del avance de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) y de su plena incorporación al ámbito laboral han hecho necesario analizar las nuevas características de los puestos de trabajo que emplean pantallas de visualización de datos (PVD), así como sus entornos laborales.



Libro Verde de la Comisión Europea sobre los retos y las oportunidades que ofrece el envejecimiento.

La Comisión Europea ha presentado un libro verde para iniciar un amplio debate político sobre los retos y oportunidades del envejecimiento de la sociedad europea. La Comisión ha dado prioridad a la demografía en la agenda política de la UE. El informe de la Comisión de junio de 2020 sobre el impacto del cambio demográfico mostró que en los últimos 50 años la esperanza de vida al nacer ha aumentado en unos 10 años tanto para hombres como para mujeres. El Libro Verde sobre el Envejecimiento es el primer resultado de este informe y pone en marcha un debate sobre las principales cuestiones relacionadas con el envejecimiento en Europa, al que seguirá la visión a largo plazo de las zonas rurales, que también estudiará la cuestión de la despoblación. Este documento asume un enfoque basado en el ciclo de vida que refleja el impacto universal del envejecimiento y se centra tanto en las implicaciones personales como en las repercusiones sociales más amplias del mismo. Entre ellas, se encuentran desde el aprendizaje permanente y los estilos de vida saludables hasta cómo financiar unas pensiones adecuadas o la necesidad del aumento de la productividad y de una mano de obra suficientemente numerosa para sostener la asistencia sanitaria y los cuidados de larga duración de las personas mayores.

El enfoque basado en el ciclo vital tiene en cuenta el hecho de que la definición de las etapas tradicionales de educación y formación, trabajo y jubilación se está volviendo menos rígida y está ganando flexibilidad. Este enfoque también refleja el hecho de que responder al envejecimiento de la población es cuestión de encon-



trar el equilibrio justo entre unas soluciones sostenibles para nuestra red de protección social y un refuerzo de la solidaridad y la justicia intergeneracionales entre los jóvenes y las personas mayores.

Desde la Comisión Europea se invita a los ciudadanos a expresar sus puntos de vista sobre cómo responder a ella en una [consulta pública](#), que tendrá una duración de 12 semanas y está abierta a los ciudadanos y organizaciones interesados de todos los Estados miembros, incluidos los niveles regional y local. Los resultados de la consulta ayudarán a identificar el apoyo necesario para las personas, sus regiones y comunidades. Sobre la base de los resultados, la Comisión estudiará posibles respuestas políticas para intensificar los esfuerzos en los Estados miembros y las regiones a fin de abordar los problemas relacionados con el envejecimiento.

En el [enlace](#) puede encontrar el texto completo

En el [enlace](#) puede encontrar el informe Comisión Europea sobre impacto del cambio demográfico en Europa.

Plan Europeo de Lucha contra el Cáncer: un nuevo enfoque de la UE en materia de prevención, tratamiento y cuidados.

El pasado 3 de febrero se publicó el Plan Europeo de Lucha contra el Cáncer, que responde a una prioridad política de la Comisión en el ámbito de la salud. Este plan se enmarca en el pilar de una Unión Europea de la Salud y establece un enfoque nuevo para la prevención, el tratamiento y los cuidados del cáncer en la UE tomando como puntos de partida las nuevas tecnologías, la investigación y la innovación. En lo que respecta a su contenido, el Plan aborda toda la trayectoria de la enfermedad, desde la prevención hasta la calidad de vida de los pacientes y supervivientes de cáncer, centrándose en acciones en las que la UE puede aportar mayor valor añadido. La Comisión estima que, si no se toman medidas concluyentes, de aquí a 2035 los casos de cáncer habrán aumentado casi un 25 %, y el cáncer se convertirá en la principal causa de muerte en la UE. Además, la pandemia de la COVID-19 ha tenido un grave efecto sobre los cuidados del cáncer: ha perturbado el tratamiento, retrasado el diagnóstico y la vacunación y afectado al acceso a los medicamentos.

El Plan contra el Cáncer está estructurado en torno a cuatro ámbitos de acción clave, con diez iniciativas emblemáticas y múltiples acciones de apoyo:

1. La prevención, mediante acciones que abordan los principales factores de riesgo, como el tabaco; el consumo nocivo de alcohol; la contaminación medioambiental y las sustancias peligrosas.
2. La detección precoz del cáncer, mediante la mejora del acceso, la calidad y el diagnóstico, y el apoyo a los Estados miembros para garantizar que, de aquí a 2025, se propongan cribados al 90 % de la población de la UE que cumpla los requisitos para el cribado del cán-

cer de mama, colorrectal y de cuello del útero. A tal fin, se presentará un nuevo Plan para el Cribado del Cáncer, que contará con el apoyo de la UE.

3. El diagnóstico y tratamiento, a través de acciones que garanticen una atención del cáncer mejor integrada y más completa y aborden la desigualdad en el acceso a una atención sanitaria de calidad y a los medicamentos.
4. Mejora de la calidad de vida de los pacientes y supervivientes de cáncer, en particular la rehabilitación, la posible reaparición de tumores, las metástasis y las medidas de apoyo a la integración social y la reintegración en el lugar de trabajo. Se pondrá en marcha la Iniciativa «Una Vida Mejor para los Pacientes con Cáncer», centrada en los cuidados de seguimiento.

En lo que respecta a la seguridad y salud en el trabajo, con este plan, la Comisión se propone actualizar la Directiva sobre agentes carcinógenos y mutágenos, estableciendo límites de exposición profesional nuevos o revisados para tres sustancias importantes: el acrilonitrilo, los compuestos de níquel y el benceno 44. A la espera de los resultados de la consulta en curso con los interlocutores sociales, la Comisión tiene previsto presentar una propuesta legislativa en 2022 para reducir más la exposición al amianto de los trabajadores, a fin de protegerlos de los riesgos relacionados con el cáncer.

Tal como se refleja en el plan, la Comisión propone que el nuevo Marco estratégico de la UE en materia de salud y seguridad en el trabajo 2021-2027 establezca compromisos firmes para reducir más la exposición profesional a sustancias químicas. También



en el próximo Marco estratégico, se contemplarán los riesgos psicosociales y los colectivos desfavorecidos, incluidos los supervivientes de cáncer.

Además, el plan de acción para aplicar los principios del pilar europeo de derechos sociales abarcará las condiciones laborales, la protección social y la inclusión y el fomento de la salud y la asistencia sanitaria de todos los trabajadores, incluidos los afectados por un cáncer. Por su parte, la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo continuará desarrollando la encuesta sobre la exposición de los trabajadores a los factores de riesgo de cáncer en Europa con el fin de ayudar a reducir el cáncer relacionado con el trabajo.

En los Anexos de esta comunicación se recoge un listado de acciones concretas entre las cuales, por su

relevancia sobre la población trabajadora, se destacan las siguientes:

- Nº14. Reducir la exposición de los trabajadores a sustancias cancerígenas mediante la modificación de la Directiva sobre agentes carcinógenos y mutágenos, entre 2021 y 2025.
- Nº 15. Revisar los límites de la UE en relación con el amianto con vistas a una mayor reducción de la exposición de los trabajadores, entre 2022 y 2024.
- Nº 16. Estudio sobre la exposición de los trabajadores a los factores de riesgo de cáncer, entre 2021 y 2024.

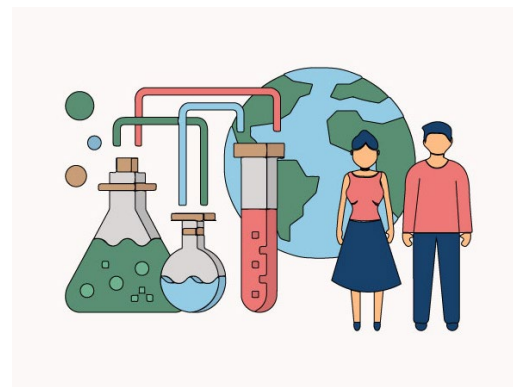
En el siguiente [enlace](#) se puede acceder al texto completo de la Comunicación de la Comisión al Parlamento Europeo y al Consejo Plan Europeo de Lucha contra el Cáncer.

La Comisión adopta la Estrategia de sostenibilidad para las sustancias químicas con miras a un entorno sin sustancias tóxicas.

La Comisión ha adoptado la “Estrategia de sostenibilidad de la UE para las sustancias químicas: Hacia un entorno sin sustancias tóxicas”. Esta estrategia supone el primer paso hacia la consecución del objetivo de un entorno sin sustancias tóxicas, anunciado en el Pacto Verde Europeo. Esta medida política impulsa la innovación para el desarrollo de sustancias químicas seguras y sostenibles, y promueve la protección de la salud de las personas y del medio ambiente frente a las sustancias químicas peligrosas.

La estrategia prohíbe el uso de las sustancias más nocivas en productos de consumo, salvo que se demuestre que son esenciales para la sociedad. En el documento adoptado se expone una serie de medidas concretas para lograr que las sustancias químicas sean seguras y sostenibles desde el diseño y para garantizar que produzcan todos sus beneficios sin causar daños al planeta ni a las generaciones actuales y futuras. Busca tratar de evitar que las sustancias químicas más nocivas se empleen en usos no esenciales para la sociedad, particularmente en productos de consumo y en especial por los grupos más vulnerables.

Las medidas contempladas en la estrategia también se dirigen a garantizar que todas las sustancias químicas se utilicen de manera más segura y sostenible. Para alcanzar los objetivos de esta estrategia se contemplan diferentes iniciativas de innovación e inversión que acompañen a la industria química en esta transición.



Entre las sustancias que son objeto de esta estrategia figuran los alteradores endocrinos, las sustancias químicas que afectan a los sistemas inmunológico y respiratorio, y sustancias persistentes como las sustancias perfluoroalquiladas y polifluoroalquiladas (PFAS). Estas sustancias serán suprimidas gradualmente de productos que afectan a las poblaciones vulnerables, como

juguetes, artículos de puericultura, cosméticos, detergentes, materiales en contacto con alimentos y productos textiles, salvo que se demuestre que su uso es esencial para la sociedad.

Otro aspecto importante que se aborda en la estrategia se dirige a productores y consumidores por medio de la introducción de requisitos de información en el contexto de la iniciativa sobre una política de productos sostenibles, de forma que se garantiza el acceso a la información sobre

el contenido en sustancias químicas de productos y sobre el uso seguro de estas.

En lo que respecta a la protección de la población trabajadora frente a las sustancias químicas, la estrategia hace referencia a los siguientes aspectos:

- Refuerzo del marco jurídico de la UE para poder responder rápidamente a los hallazgos científicos, haciéndolo más coherente, sencillo y previsible para todos los agentes. En particular, deberían reforzarse los Reglamentos REACH y CLP, piedras angulares de la UE para la reglamentación de las sustancias químicas.

– Protección de la población trabajadora frente a las sustancias químicas más nocivas en el contexto del próximo Marco estratégico en materia de salud y seguridad en el trabajo. En dicho marco estratégico se definirán nuevas prioridades en relación con la exposición laboral a sustancias peligrosas, en particular mediante la identificación de las sustancias más nocivas. La Comisión propondrá fijar límites de exposición profesional tras el proceso de consulta establecido. Asimismo reforzará la protección de la población

trabajadora, proponiendo específicamente la reducción de los actuales valores límite de exposición profesional para el plomo y el amianto y estableciendo un valor límite vinculante para los diisocianatos.

– Con respecto a la exposición laboral a los alteradores endocrinos, la Comisión clasificará los alteradores endocrinos en la categoría de sustancias extremadamente preocupantes en el marco del Reglamento REACH y propondrá que se establezca una identificación de peligro jurídicamente vinculante,

sobre la base de la definición de la OMS y partiendo de los criterios ya elaborados para plaguicidas y biocidas, y la aplicará en toda la legislación.

En el siguiente [enlace](#) se puede acceder al texto completo de la “Comunicación de la Comisión al Parlamento Europeo, al Consejo, al Comité Económico y Social Europeo y al Comité de las Regiones. Estrategia de sostenibilidad para las sustancias químicas. Hacia un entorno sin sustancias tóxicas”.

PRESENTACION DE LA NUEVA DIRECCION DEL INSST

Carlos Arranz, nuevo director del INSST

Carlos Arranz Cordero ha sido nombrado como nuevo director del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST). El día 1º de marzo Javier Pinilla dejó el cargo de director del Instituto tras algo más de dos años de ejercicio y fue sustituido por Carlos Arranz. Nacido en Madrid y licenciado en Ciencias Políticas, es funcionario por oposición del Cuerpo Superior de Inspectores de Trabajo y Seguridad Social desde el año 2000. A lo largo de su carrera ha ocupado diferentes puestos dentro del Sistema de Inspección de Trabajo y Seguridad Social, en las Inspecciones Provinciales de Álava y Madrid, en la Dirección Especial de Inspección o en la entonces Subdirección General para la Prevención de Riesgos Laborales y Políticas de Igualdad. Además, ha desempeñado diversos cargos fuera del Sistema de Inspección de Trabajo y Seguridad Social: Secretario General del Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo de la Comunidad

de Madrid (IRSST) y Secretario General del INSST desde 2012 hasta 2016. Antes de asumir la Dirección del INSST, estaba destinado como Jefe de la Unidad Especializada de Seguridad y Salud en la Dirección Territorial, Inspección Provincial de Madrid.



Aprobada la nueva Estrategia EU de SST 2021-2027



El 28 de junio, la Comisión Europea aprueba la [Comunicación de la Comisión Europea al Parlamento Europeo, al Consejo, al Comité Económico y Social Europeo y al Comité de las Regiones](#) y lanza oficialmente su ambicioso nuevo marco estratégico en materia de seguridad y salud en el trabajo, con el objetivo de mantener un lugar de trabajo seguro y saludable en un mundo laboral en constante evolución. Su enfoque es claro: anticipar y gestionar el cambio, mejorar la prevención de accidentes y enfermedades en el lugar de trabajo e incrementar la preparación para posibles crisis sanitarias futuras. Puesto que la COVID-19, la digitalización y la transición ecológica conllevan cambios sin precedentes tanto en la naturaleza del trabajo como en el lugar y

la forma de realizarlo, el nuevo marco tiene por objeto movilizar a las instituciones de la UE, los Estados miembros, interlocutores sociales y otras partes interesadas en torno a estas prioridades clave.

Tres son los tres ejes que resumen los retos a los que se enfrenta la Unión Europea en el campo de la Seguridad y salud en el Trabajo.

Anticiparse y gestionar el cambio en el nuevo mundo del trabajo.

“Vision zero”. Mejorar la prevención de los accidentes y las enfermedades relacionadas con el trabajo. Aumentar la preparación para posibles futuras amenazas a la salud.

En este [enlace](#) puede encontrar información más detallada.

Límite de exposición para el amianto. Informe de la ECHA

La Agencia Europea de Agentes Químicos (ECHA) a través de su Comité de Evaluación de Riesgos (RAC) ha elaborado un [informe científico revisar los criterios para establecer nuevos criterios para el límite de exposición al amianto](#). El informe concluye que no se puede establecer un valor límite basado en criterios de salud puesto que se trata de un agente cancerígeno sin efecto umbral. Se ha derivado una relación exposición-riesgo que exprese el exceso de riesgo de cáncer de pulmón y mortalidad por mesotelioma (combinados) en función de la concentración de aire.

El informe describe ampliamente los estudios epidemiológicos y toxicológicos en los cuales se ha basado sus

conclusiones y contiene un resumen como abarcan las diferentes instituciones nacionales en Europa la evaluación del riesgo por exposición al amianto.



Guía clínica: Proceso de atención a las personas con trastorno mental común y manejo del malestar emocional. Colaboración entre Atención Primaria y Salud Mental.

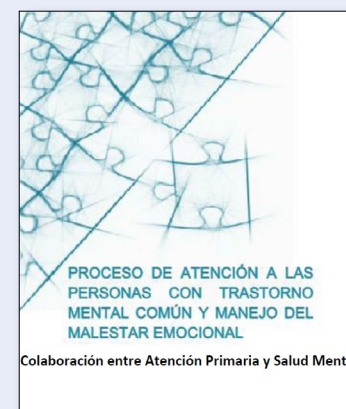
La Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología (AEPCCP), en colaboración con la Asociación Española de Neuropsiquiatría, la Societat Valenciana de Medicina Familiar i Comunitaria y el Instituto Médico Valenciano han elaborado la Guía clínica: Proceso de atención a las personas con trastorno mental común y manejo del malestar emocional. Colaboración entre Atención Primaria y Salud Mental.

La Estrategia Autonómica de Salud Mental de la Comunidad Valenciana, en su Línea Estratégica 2 (atención a las personas con problemas de salud mental) establece una serie de objetivos generales relacionados con el Trastorno Mental Común.

El objetivo de esta guía, es contestar a estas cuestiones y diseñar un marco de actuación frente al Trastorno Mental Común (TMC) que defina sus límites, los procesos, las intervenciones y el modelo de asistencia, todo ello basado en los valores de los que parte la Estrategia Autonómica de Salud Mental de la Comunidad Valenciana enmarcada en el Plan de salud de la Comunidad Valenciana 2016-2020.

Publicación de la guía.

<https://www.aepccp.net/2021/03/20/guia-clinica-proceso-de-atencion-a-las-personas-con-trastorno-mental-comun-y-manejo-del-malestar-emocional-colaboracion-entre-atencion-primaria-y-salud-mental/>



EU-OSHA apoya la campaña de ELA para proteger a los trabajadores temporeros

La Autoridad Laboral Europea (ELA) ha lanzado la campaña [“Derechos para todas las estaciones”](#), que se extiende de junio a octubre de 2021, para concienciar sobre la necesidad de promover condiciones de trabajo justas y seguras para los trabajadores temporeros empleados en los países de la UE, particularmente en el sector agroalimentario.

La pandemia de COVID-19 ha agravado las condiciones de los trabajadores temporeros y los ha expuesto a mayores riesgos para la salud. La agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo (EU-OSHA) apoya activamente la campaña para mejorar la seguridad y salud en el trabajo (SST) de los trabajadores temporeros.

El 24 de junio se llevó a cabo un taller en línea conjunto ELA-EU-OSHA para discutir los enfoques, desafíos y herramientas de seguridad y salud en el trabajo para garantizar condiciones de trabajo justas y seguras para los trabajadores temporeros en el sector agroalimentario. También exploró los aspectos para proporcionar a los trabajadores y empleadores información

transparente y eficaz en un contexto transfronterizo. [Tres recursos útiles para empleadores de trabajadores de temporada de otros países de la UE.](#)



Informe de CEEMET destaca cómo la digitalización puede ayudar a que los lugares de trabajo sean más seguros y saludables.

La digitalización está cambiando el mundo del trabajo, presentando nuevos desafíos en materia de seguridad y salud en el trabajo, así como una multitud de soluciones innovadoras. Los empresarios trabajan continuamente para minimizar los desafíos y riesgos que causa la digitalización en el lugar de trabajo. Las tecnologías digitales, que ya complementan el trabajo humano, ofrecen la posibilidad de crear un entorno laboral más seguro y saludable. Un nuevo informe de European Tech & Industry Employers (CEEMET) destaca cómo la digitalización puede ayudar a que los lugares de trabajo sean más seguros y saludables.

En el [enlace](#) se puede descargar el informe. Artículo EU-OSHA sobre herramientas electrónicas en seguridad y salud en el trabajo: <https://osha.europa.eu/es/themes/osh-e-tools>





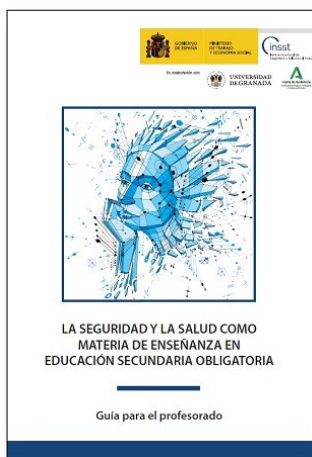
GUÍA PARA EL USO DEL LENGUAJE INCLUSIVO EN EL INSST, O.A., M.P.

El objetivo de esta [guía](#) para el uso del lenguaje inclusivo es tratar de facilitar herramientas para el empleo del lenguaje inclusivo -escrito y oral- avanzando, de esta manera, en el compromiso de igualdad entre mujeres y hombres dentro del ámbito de actuación del INSST.



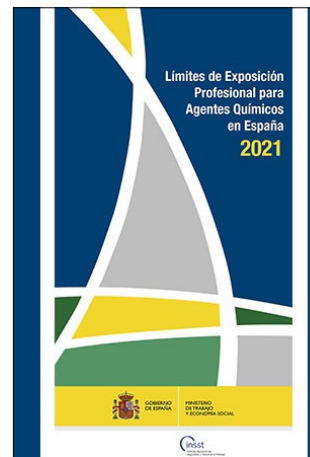
MEMORIA DE ACTIVIDADES 2020.

El Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) presenta su [Memoria anual](#) de actividades correspondiente al año 2020. La programación de las diferentes actividades del INSST para el ejercicio 2020 también ha sido establecida de conformidad con los objetivos establecidos en la Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo (2015-2020) y de las líneas de actuación prioritarias de instituto.



LA SEGURIDAD Y LA SALUD COMO MATERIA DE ENSEÑANZA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA. GUÍA PARA EL PROFESORADO.

Este [manual](#) ofrece un espacio para la reflexión y el análisis sobre la puesta en práctica de actividades en las aulas. El eje central de esta obra es el estudio de la seguridad y salud laboral en el aula de Secundaria de forma interdisciplinar pero también de manera específica, a partir de una intervención didáctico-pedagógica, en las diversas situaciones que puedan plantearse en el desarrollo socioeducativo de nuestro alumnado.



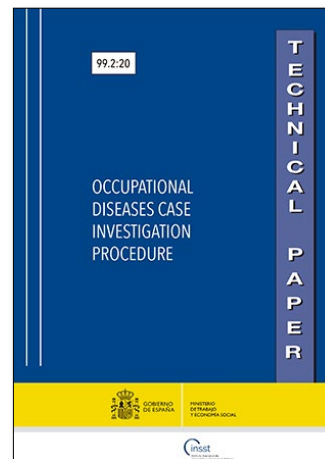
LÍMITES DE EXPOSICIÓN PROFESIONAL PARA AGENTES QUÍMICOS 2021.

Se presenta el [Listado](#) de agentes químicos que se encuentran en la actualidad en estudio para el cambio o incorporación del Valor Límite Ambiental o Valor Límite Biológico.



RIESGOS DERIVADOS DE LA EXPOSICIÓN A NANOMATERIALES EN EL SECTOR TEXTIL - AÑO 2020.

Este [documento](#) describe las características del sector e incorpora ejemplos cuantitativos de valoración de las exposiciones a nanomateriales en distintos escenarios con riesgo de exposición de este sector. Se describen además algunas de las medidas de prevención y control que se pueden implantar con el fin de reducir las exposiciones y proteger la salud de los trabajadores.



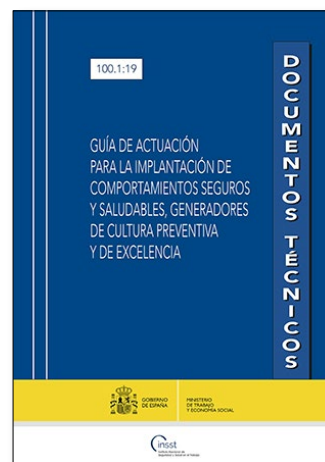
OCCUPATIONAL DISEASES CASE INVESTIGATION PROCEDURE - AÑO 2020.

[Herramienta](#) aplicada de ayuda a la investigación de sospechas de enfermedades profesionales o relacionadas con el trabajo, que facilita una serie de elementos instrumentales para su investigación, entre ellas un Código de Causas dirigido a la identificación de los hechos y condiciones de trabajo que determinantes de la aparición de la enfermedad.



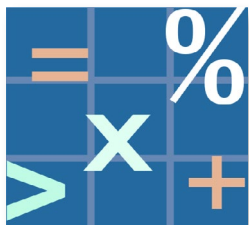
OCUPACIÓN, ACTIVIDAD ECONÓMICA Y MORTALIDAD POR CÁNCER EN ESPAÑA: RESUMEN EJECUTIVO - AÑO 2020.

El [análisis](#) se centra en la mortalidad por cáncer durante 2001-2011 en sujetos con empleo en la fecha del Censo de Población de 2001. Los resultados reflejan la heterogeneidad de las desigualdades ocupacionales de esta mortalidad según la localización del cáncer.



GUÍA DE ACTUACIÓN PARA LA IMPLANTACIÓN DE COMPORTAMIENTOS SEGUROS Y SALUDABLES, GENERADORES DE CULTURA PREVENTIVA Y DE EXCELENCIA - AÑO 2020.

([Doc. Técnico](#)) Nos encontramos en la era de la información en la que algunos paradigmas de los siglos XIX y XX que venimos arrastrando no nos sirven, y por ello es preciso modificarlos. Se torna necesario incorporar formas de pensar que nos permitan un hacer distinto para convivir con estos nuevos marcos y reglas del juego y, de esta manera, responder a los desafíos del presente y de un futuro no tan lejano.

**CALCULADORES**

Los Calculadores de Prevención son herramientas de ayuda para cálculos habituales en las distintas disciplinas que conforman la prevención de riesgos laborales. Su formato permite identificar la empresa y el puesto de trabajo bajo estudio e imprimir un informe final con los datos de entrada, los datos intermedios cuando proceda y los resultados obtenidos. Los últimos calculadores que se han incorporado a nuestra página web son los siguientes:

**Evaluación de la exposición al ruido.**

(También en formato de APP: Aplicaciones informáticas para smartphone o Tablet).

**Manipulación manual: empuje, arrastre y transporte.**

(También en formato de APP: Aplicaciones informáticas para smartphone o Tablet).

**Seguridad de máquinas agrícolas.****APP. APLICACIONES INFORMÁTICAS PARA SMARTPHONE O TABLET**

Estas aplicaciones están diseñadas para ser descargadas en Smartphone o Tablet para su uso en «campo», facilitando información, herramientas de cálculo, cuestionarios, etc., útiles para el análisis de las condiciones de trabajo.

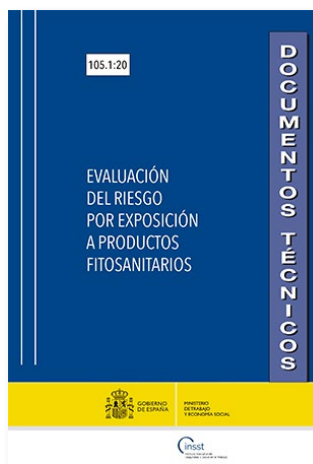
Dentro de esta colección, la última aplicación publicada en nuestra página web es:

**APP y simulador Segutractor**

Esta aplicación es un simulador de conducción de tractor que permite formar a conductores en la conducción segura y en el uso adecuado de los dispositivos de seguridad (ROPS y cinturón de seguridad), concienciando acerca del riesgo de accidente por vuelco y reforzando las conductas seguras.

**TRABAJAR EN TIEMPOS DE COVID19: BUENAS PRÁCTICAS DE INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL EN CENTROS SANITARIOS.**

Este [documento](#) surge como el primer resultado de los trabajos realizados en el marco del proyecto “Escenarios de actuación y herramientas preventivas frente a los riesgos psicosociales del trabajo con pacientes de COVID-19 en el ámbito sanitario”. Es fruto de un estudio pormenorizado de la situación psicosocial y de las necesidades de los colectivos que forman parte de los centros sanitarios así como de los profesionales que desarrollan labores preventivas en los mismos. La guía se presenta con el objetivo de proporcionar a los servicios de prevención del sector un conjunto de pautas y recursos para la gestión de dichos riesgos en el contexto de crisis sanitaria ocasionada por la pandemia de Coronavirus, bajo un enfoque práctico y dinámico.

**EVALUACIÓN DEL RIESGO POR EXPOSICIÓN A PRODUCTOS FITOSANITARIOS**

([Doc. Técnico](#)) El INSST ha desarrollado una metodología cualitativa para la evaluación de la exposición a productos fitosanitarios (PPFF) durante las condiciones reales de uso, a partir de la información recogida en la etiqueta, con objeto de ayudar a los técnicos de prevención durante la evaluación del riesgo químico en el marco del Real Decreto 374/2001.



VISION ZERO. GUÍA PARA EXPLOTACIONES AGRARIAS

La [Guía](#) de Vision Zero para la Agricultura está diseñada para ayudar a los propietarios de explotaciones agrarias a evaluar el nivel de seguridad de sus explotaciones y a aplicar las Reglas de Oro para una explotación agraria segura. La sección sobre Prevención en la Agricultura de la AISS ha elaborado unas guías sobre Vision Zero dirigidas tanto a agricultores particulares como a explotaciones agrarias. El INSST se adhiere a esta campaña y presenta esta guía para explotaciones agrarias adaptándola en lo posible a nuestra legislación aunque manteniendo el enfoque global con el que se diseñó.



VISION ZERO. GUÍA PARA LOS AGRICULTORES.

[VISION ZERO](#) se basa en la existencia de líderes que implementen las 7 Reglas de Oro. Cada una de las 7 Reglas de Oro se explica con acciones sencillas y herramientas para implementarlas. Cada acción tiene un indicador de semáforo, de modo que se puede determinar fácilmente si ha sido implementada correctamente, si hay margen de mejora o si se deben adoptar nuevas medidas para controlar el riesgo. Para cada una de las 7 Reglas de Oro, la guía ofrece una breve introducción y unas recomendaciones sencillas acompañadas de sus respectivas listas de verificación.



NOTAS TÉCNICAS DE PREVENCIÓN

Ya se pueden consultar en la página web del INSST las Notas Técnicas de Prevención [nº 1.146 a 1.157](#). Estos documentos, de orientación eminentemente práctica, facilitan la resolución de problemas preventivos a los prevencionistas en el día a día de la empresa. Su brevedad facilita que formen parte del manual práctico del prevencionista. Contienen todas las áreas preventivas: seguridad, higiene, medicina, ergonomía, psicología, formación, etc.

- NTP 1146 Guantes de protección contra riesgos mecánicos.
- NTP 1147 Work Ability Index: versión española.
- NTP 1148 Voz y trabajo: formación para la prevención.
- NTP 1149 Voz y trabajo: procedimiento preventivo.
- NTP 1150 Riesgos ergonómicos en el uso de las nuevas tecnologías con pantallas de visualización.
- NTP 1151 Exposición a HTF en centrales termosolares de concentradores cilíndrico parabólicos.
- TNT 1152 Sembradoras seguridad.
- NTP 1153 Abonadora. Seguridad.
- NTP 1154 Artes menores (I) Identificación de riesgos.
- NTP 1155 Artes menores (II) Medidas preventivas.
- NTP 1156 Esparcadoras de purín: seguridad.
- NTP 1157 Sierra circular de mesa para obras (I). Elementos de seguridad.

PEDIDOS

INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

Servicio de Ediciones y Publicaciones
Torrelaguna, 73. 28027 Madrid.
Tfno. 91 363 41 00. Fax: 91 363 43 27
Correo electrónico: ediciones@insst.mitramiss.es

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10. 08034 Barcelona.
Tfno. 93 280 01 02. Fax: 93 280 36 42
Correo electrónico: cnct@insst.mitramiss.es

LA LIBRERÍA DEL BOE

Trafalgar, 27. 28010. Madrid.
Tfno. 911114000. Fax: 911114260.
Correo electrónico: tienda@boe.es

La implantación del Recurso Preventivo, una compleja tarea dentro de las grandes empresas.

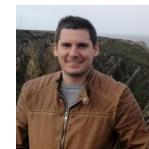
Con la implantación de la *Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales*, la gestión preventiva y la labor in-vigilando recaía con totalidad en el empresario o en los técnicos de prevención encuadrados en cualquiera de las modalidades de los servicios de prevención. Esto hacía que el control de los trabajos bajo los requisitos de prevención fuese complicado de desarrollar, puesto que tanto los técnicos de prevención como los propios empresarios, no podían presenciar la totalidad de los trabajos, además esta disciplina estaba más enfocada hacia el cumplimiento de los requisitos documentales. Por todo ello y con el *objetivo general de combatir de manera activa la siniestralidad laboral* se redactó la *Ley 54/2003 de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales*, en la que en su artículo 4.3 32 bis recoge y desarrolla los supuestos donde debe aparecer la figura del recurso preventivo.

Desde entonces, todas las empresas han avanzado en el nombramiento y designación de los recursos preventivos en función de las necesidades, requisitos legales y de aplicación. Se debe destacar la celeridad en la implantación de la figura del recurso preventivo, en el sector de la construcción, sector servicios y la pequeña y mediana empresa. Esta premura de las empresas anteriormente citadas, entran en contraposición con lo que ha pasado en la gran industria de base en España, destacando la industria metalúrgica, industria de generación y distribución eléctrica, industria manufacturera, etc. En numerosas ocasiones, aquellas grandes fábricas o complejos industriales en los

que las plantillas tienen un gran asentamiento, poca rotación y un gran peso por parte de sus respectivos comités de empresa, la figura del recurso preventivo, no ha terminado de implementarse. En la mayoría de los casos, la negación de la implantación de la figura del recurso preventivo, se ha justificado por parte de los comités de empresa e inclusive por parte de los comités de seguridad y salud, debido a la ausencia de un marco jurídico de protección dentro de la empresa, la necesidad de mejorar la potestad de los recursos preventivos (relacionándolo con la capacidad para la toma de decisiones y el conflicto entre la prevención de riesgos laborales y la producción (paralización de los trabajos)) y por supuesto a la obligada compensación económica asociada a las competencias añadidas por ser recurso preventivo.

Todo esto ha derivado en incumplimiento de los requisitos legales por parte de las diferentes empresas y la búsqueda de soluciones por parte de las mismas para no volver a recaer en incumplimientos reiterativos. Dentro de dichas soluciones se puede destacar las siguientes:

- 1. Designación como recurso preventivo a los propios técnicos de prevención que ya se disponían en las empresas.** Esta solución ha sido una solución rápida, es sin duda una solución cortoplacista y que mayor multitud de inconvenientes genera. A facilitado aún más el desgaste profesional de los técnicos de prevención, puesto que no ha dejado de ser otro frente más abierto dentro de las organizaciones donde prestan

Juan Rodríguez Gil*Ingeniero del Servicio de Prevención de Enusa
Jrodriguezgil.ing@gmail.com*

sus servicios. Sin duda a limitado los recursos de los propios servicios de prevención aumentando la carga de trabajo de los técnicos. Por último, el inconveniente mayor de utilizar a los técnicos de prevención como recursos preventivos es el alejar a cualquier organización del objetivo de la integración total de la prevención de riesgos laborales a todos los niveles de la empresa y no facilitar la independencia como órgano consultor de los servicios de prevención.

2. Contratación de servicios de prevención ajenos que presten el servicio de la figura del recurso preventivo.

Esta solución presenta un inconveniente fundamental y es el conflicto de interés al que se ve sometido el trabajador que es contratado como recurso preventivo para prestar sus servicios en una empresa distinta al servicio de prevención ajeno que le contrata. Esto se traduce en no señalar e identificar todos aquellos riesgos que pudiesen generar situaciones de riesgo y que sin duda pueden implicar un problema para los trabajadores por los que está velando su seguridad, para la empresa que contrata al servicio de prevención ajeno y por supuesto para el propio recurso preventivo. Se trata de una solución que busca el cumplimiento legal y que sin duda puede derivar en un problema para todos los intervinientes si no se trabaja con la suficiente rigurosidad preventiva.

3. Contratación de empresas de servicios que realicen la totalidad de los trabajos que requieran la figura del recurso preventivo.

Como ya se indica al inicio del artículo, las empresas de servicios fueron unas de las que de forma rápida implementaron la figura del re-

curso preventivo. Esto se ha trasladado en un incremento de su volumen de negocio, puesto que muchas empresas contratan sus servicios para disponer de personal formado, cualificado y designado como recurso preventivo y así dar cumplimiento a los requisitos legales. Sin duda esta se trata de una solución aceptable desde el punto de vista de la prevención de riesgos laborales, pero que se traduce en un mayor esfuerzo económico para las empresas, puesto que se necesitan contratar servicios de empresas para realizar trabajos que tradicionalmente se habían realizado con recursos propios.

Sin duda, las soluciones anteriormente citadas, a pesar de encontrarse al amparo de la legislación vigente no resultan las más eficaces y no deben ser establecidas por las empresas españolas como método habitual de trabajo, puesto que implica métodos no correctos que pueden derivar en actos o condiciones inseguras para los trabajadores y trabajadoras por parte de las mismas. Las empresas han de argumentar con la representación de los trabajadores de sus respectivas organizaciones el porqué de lo erróneo de las justificaciones presentadas. Y es que verdaderamente la ausencia de un marco jurídico de protección dentro de la empresa y la necesidad de mejorar la potestad de los recursos preventivos estarán solventadas por parte de cualquier empresa, dando la potestad suficiente a los recursos preventivos como para tomar cualquier acción necesaria encaminada a la seguridad total por parte de todos los trabajadores. En lo relacionado a la compensación económica es un apartado que si bien ha de estudiarse por parte de las organizaciones, estará muy sopesado, puesto que la designación como recurso preventivo puede asociarse como una función más del trabajador y en caso de

recompensarse económicamente, podría sentar precedente para por ejemplo los técnicos de prevención que con anterioridad han asumido estas funciones y que a mayores asumen infinidad de responsabilidades más. Finalmente, por parte de las empresas se debe trabajar en la implantación de la figura del recurso preventivo de forma definitiva, y por parte de los trabajadores y los órganos de representación de los mismos se ha de requerir la única seguridad garantista para trabajar como recurso preventivo con todas las protecciones. Se trata de la capacidad de decisión y gestión necesaria para adoptar decisiones en favor de la seguridad y salud de los trabajadores minimizando todos los riesgos que pudieran acontecer en los lugares de trabajo.

Bibliografía.

- Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- Ley 54/2003, de 12 de diciembre, de reforma del marco normativo de la prevención de riesgos laborales.
- Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.
- Real Decreto 604/2006, de 19 de mayo, por el que se modifican el Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, y el Real Decreto 1627/1997, de 24 de octubre, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción.
- NTP 994, el recurso preventivo. Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo.
- Criterio técnico nº 83/2010 sobre la presencia de recursos preventivos en las empresas, centros y lugares de trabajo. Inspección de Trabajo y Seguridad Social.

Bipedestación prolongada en el puesto de trabajo

En el ámbito laboral, existe una bipedestación prolongada o mantenida cuando la persona trabajadora está en posición de bipedación (de pie quieto o con desplazamientos cortos) durante más de una hora de forma continua o durante más de 4 horas en su jornada diaria. Con el objetivo de prevenir los riesgos laborales, en cualquier puesto de trabajo y actividad se deben minimizar los daños que pudiera ocasionar el mantenimiento de la postura de bipedestación prolongada. Algunas de las medidas a tener en cuenta deberían incluir: disminuir el tiempo en posición bípeda, alternar posturas y tareas, ajustar la altura de trabajo, utilizar asientos regulables, usar pasamanos o reposapiés, favorecer el trabajo dinámico, evitar posturas forzadas, establecer pausas y descansos, utilizar calzado adecuado, etc. En materia de prevención, la información y formación que debe recibir el trabajador al respecto debe incluir los riesgos asociados al mantenimiento prolongando de esta postura y las medidas preventivas para minimizarlos.

Un gran número de personas trabajadoras tienen que permanecer de pie durante largos períodos en el mismo lugar durante la jornada de trabajo, ello incluye sectores como agricultura, construcción, salud, industria, comercio y hostelería. Trabajar de pie puede llegar a ser un problema cuando no es posible alternar la postura de pie con otras posturas y cuando la duración diaria es demasiado alta. La bipedestación prolongada se puede definir como estar de pie más de una hora sin moverse del puesto de trabajo y/o estar de pie más de cuatro horas al día.

Según los datos recogidos en 2017, se estima que uno de cada cinco trabajadores en la UE (20%) pasa la mayor parte de su tiempo de trabajo de pie (Eurostat, 2019). Los porcentajes difieren mucho entre los Estados Miembros (43% en España vs. 11% en Alemania o Grecia).

Además del dolor de espalda, uno de los efectos sobre la salud asociados con la bipedestación prolongada, si no se toman las medidas preventivas

adecuadas, son los trastornos de las extremidades inferiores (fatiga, tensión y dolor muscular, problemas en articulaciones (caderas, rodillas y tobillos), fascitis plantar y otros problemas en los pies, insuficiencia venosa y otras alteraciones circulatorias, trastornos reumáticos, daño en tendones y ligamentos, etc.).

Estar de pie es una postura humana natural y, por sí misma, no debería representar ningún peligro para la salud. Sin embargo, trabajar en una posición de pie (de pie normal, de pie inclinado, de pie con los brazos en extensión frontal o por encima de los hombros, etc.), fija o estática, tanto con carga como sin carga, durante largos períodos de tiempo y de manera regular puede causar problemas musculoesqueléticos y de salud.

Siguiendo los principios de la acción preventiva del artículo 15 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, se deberá, en primer lugar, **evitar el riesgo**, evitando permanecer de pie durante un tiempo prolongado en el trabajo (más de 1 hora de forma

continúa y/o por un total de más de 4 horas al día). En segundo lugar, **evaluar los riesgos que no se puedan evitar**, incluyendo todos los factores de riesgo (bipedestación prolongada, malas posturas ergonómicas, movimientos repetitivos, manipulación manual de cargas, exposición a vibraciones de cuerpo entero, etc.), abordándolos juntos de manera integral y preventiva.

En tercer lugar, **minimizar el riesgo**: alternando posturas (p.ej. 30% de pie, 60% sentado y 10% en movimiento); ajustando la altura de trabajo, tomando como referencia la altura del codo; teniendo lo que se usa con más frecuencia al alcance de la mano; utilizando un asiento auxiliar regulable cuando el proceso de trabajo lo permita; usando un pasamano o un reposapiés portátil para apoyar el peso del cuerpo sobre una pierna u otra alternativamente; evitando posturas forzadas o posturas estáticas prolongadas; etc.

Para evitar la bipedestación prolongada y favorecer el trabajo dinámico en el puesto de trabajo, al igual que con todas las áreas de la gestión de riesgos, las acciones preventivas al respecto, deben implementarse dentro de una estrategia o planificación que adopte un enfoque global y sistemático, se base en la evaluación específica de los riesgos (método OWAS, método REBAS, etc.) y siga una jerarquía o prioridad en la propuesta de medidas de prevención a adoptar. La gestión de estos riesgos y la estrategia de prevención deben garantizar una buena organización y ergonomía en el lugar de trabajo, una adecuada información y formación, la consulta y participación de las personas trabajadoras, la promoción de la salud, etc.



¿Cómo debe ser una estrategia de prevención para evitar la bipedestación prolongada en el lugar de trabajo?

- Proporcionar un puesto de trabajo seguro, cómodo, ergonómico y regulable, adaptable a la persona trabajadora, con unas condiciones ambientales adecuadas.
- Implementar políticas y prácticas organizacionales para prevenir la bipedestación prolongada.
- Organizar el trabajo para limitar y/o reducir la permanencia en posición bípeda mantenida o prolongada, equilibrar las tareas a realizar y brindar la posibilidad de alternancia y rotación de tareas, realización de pausas y descansos, etc. En resumen, que la persona trabajadora tenga suficiente control sobre cómo trabaja.
- Introducir medidas de prevención y protección adicionales para reducir los riesgos si no se puede evitar estar de pie, tales como alfombras ergonómicas. El material del pavimento o superficie sobre el que se apoya la persona trabajadora también es importante, pues cuanto más duro sea, más fatiga provocará. En este sentido, los suelos de madera o goma son menos agresivos que los pavimentos de cemento, hormigón, porcelánicos, etc.
- Informar a los trabajadores sobre los riesgos derivados del bipedismo prolongado y mantenido y sobre la forma de prevenirlos.
- Consultar a los trabajadores y fomentar su participación activa.
- Proporcionar una formación específica, teórica y práctica, suficiente y adecuada, en relación con la prevención de los riesgos laborales específicos.
- Promover comportamientos saludables y sensibilizar con programas de cuidados prolongados de pies y espalda.
- Utilizar un calzado de trabajo adecuado: ligero, flexible y poroso (para facilitar la transpiración), y si el resultado de la evaluación de riesgos lo requiere, proporcionar plantillas ergonómicas adecuadas.
- Realizar ejercicios que refuercen la zona abdominal, lumbar y las extremidades inferiores, así como realizar asiduamente ejercicios de estiramientos y/o de relajación muscular.
- Tener especial consideración, en este aspecto, en relación con las mujeres trabajadoras embarazadas.

Bibliografía

- [Informe de 2021 de la EU-OSHA sobre los efectos sobre la salud debido a posturas prolongadas y estáticas de pie en el trabajo y asesoramiento sobre buenas prácticas.](#)
- [Informe Eurostat 2019](#)
- [NTP 914: Embarazo, lactancia y trabajo: promoción de la salud. \(INSST\)](#)
- [Artículo 26 - Ley 31/1995, de Prevención de Riesgos Laborales.](#)
- [Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo. 2015 6ª EWCS. España - Año 2017](#)

NOTA: Todos los enlaces indicados han sido verificados en fecha 10 de julio de 2021.

Hipervínculos:

El INSST no es responsable ni garantiza la exactitud de la información en los sitios web que no son de su propiedad. Asimismo la inclusión de un hipervínculo no implica aprobación por parte del INSST del sitio web, del propietario del mismo o de cualquier contenido específico al que aquel redirija.

Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado:
<http://cpage.mpr.gob.es>

Catálogo de publicaciones del INSST:
<http://www.insst.es/catalogo-de-publicaciones/>

