

boletín de actualidad preventiva andaluza

21 de julio 2008



PREVEXPO 2008 Centro de Congresos Bantam
Punta Umbría (Huelva)
24, 25 y 26 de septiembre
IX CONGRESO ANDALUZ DE SEGURIDAD Y SALUD LABORAL



Este boletín está abierto a cualquier colaboración para próximos números. Si considera que algún contenido es incorrecto o incompleto o que hay contenidos que deban incluirse sus aportaciones serán bienvenidas, escriban para ello al mail lineaprl.cem@juntadeandalucia.es

- **Sumario**
- **Portada**
- **Agenda**
- **Noticias**
- **Consejos Preventivos**
- **Normativa**

Sumario

-
- ❖ **NUEVA WEB DE LA CONSEJERÍA DE EMPLEO ESPECÍFICA SOBRE REGISTRO DE EMPRESAS ACREDITADAS (REA)**
 - ❖ **PREVEBÚS INMIGRANTE**
 - ❖ **CURSOS DE COORDINADOR DE SEGURIDAD Y SALUD EN OBRAS DE CONSTRUCCIÓN Y DE TÉCNICO SUPERIOR EN PRL ORGANIZADOS POR FAFE**
 - ❖ **PROGRAMA INTERSECTORIAL PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN DE LA CULTURA PREVENTIVA**
 - ❖ **CURSO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. NIVEL BÁSICO**
 - ❖ **DIRECCIÓN DE SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y SALUD LABORAL**
 - ❖ **CURSO DE ESPECIALISTA EN ATMOSFERAS EXPLOSIVAS EN LA INDUSTRIA. PROTECCIÓN CONTRA EXPLOSIONES. PROYECTO: ELABORACIÓN DE UN DOCUMENTO DE PROTECCIÓN CONTRA EXPLOSIONES.**
 - ❖ **CURSO DE FORMACIÓN SOBRE SISTEMAS DE GESTIÓN EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. APLICACIÓN DEL ESTÁNDAR OHSAS 18001:2007**
 - ❖ **CURSOS. CENTRO ANDALUZ PARA LA EXCELENCIA EN LA GESTIÓN**
 - ❖ **CURSO DE VERANO: PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES POR AGENTES QUÍMICOS**
 - ❖ **JORNADAS FREMAP-ANDALUCÍA**
 - ❖ **CURSOS. INSHT. CNMP. SEVILLA**
 - ❖ **CONVOCATORIA 2008 DE SUBVENCIONES A LAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS ANDALUZAS PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES**
 - ❖ **XVI CONGRESO DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE SALUD LABORAL EN LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA**
 - ❖ **LOS INMIGRANTES ACUDEN AL PREVEBÚS PARA MEJORAR SU ACCESO AL MERCADO LABORAL**
 - ❖ **INSPECCIÓN PARALIZÓ 341 OBRAS POR INFRACCIONES EN SEGURIDAD Y SALUD LABORAL**
 - ❖ **CARTEL GANADOR DEL CONCURSO CONVOCADO POR EL S.P.P. DE SAFA "PREVENIR ES COSA DE CHI@S"**
 - ❖ **FIRMADO I CONVENIO DE PROFESIONALES PARA LA PREVENCIÓN EN SALUD LABORAL**

- ❖ **PROGRAMA III SEMINARIO REGIONAL DE LA FLC-CRPRL: LA PREVENCIÓN TU MEJOR HERRAMIENTA DE TRABAJO**
- ❖ **EMBARAZO Y CARGA DE TRABAJO.- ASPECTOS BÁSICOS**
- ❖ **DIRECTIVA 2008/46/CE DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO DE 23 DE ABRIL DE 2008 POR LA QUE SE MODIFICA LA DIRECTIVA 2004/40/CE SOBRE LAS DISPOSICIONES MÍNIMAS DE SEGURIDAD Y DE SALUD RELATIVAS A LA EXPOSICIÓN DE LOS TRABAJADORES A LOS RIESGOS DERIVADOS DE LOS AGENTES FÍSICOS (CAMPOS ELECTROMAGNÉTICOS)**

Portada

PLAN GENERAL DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES NUEVA WEB DE LA CONSEJERÍA DE EMPLEO ESPECÍFICA SOBRE REGISTRO DE EMPRESAS ACREDITADAS

Se ha publicado una nueva [Web en exclusiva para el REA](#) donde podrá encontrar, toda la información necesaria y relativa a:

- ✓ Tramitación
- ✓ Impresos
- ✓ Normativa
- ✓ Preguntas Frecuentes FAQ
- ✓ Guía
- ✓ Presentación telemática
- ✓ Delegaciones
- ✓ Presentación fuera de la Comunidad Autónoma de Andalucía
- ✓ Noticias



Se ha dotado a dicha web de herramientas suficientes para que pueda encontrarse cómodo en sus consultas, pudiendo incluso acceder desde esta misma, para realizar la inscripción telemática sin ningún problema:

Prevención de riesgos laborales

Registro de Empresas Acreditadas como Contratistas o Subcontratistas del Sector de la Construcción de la Comunidad Autónoma de Andalucía (REA).

- Tramitación
- Impresos
- Normativa
- **Preguntas Frecuentes FAQ**
- Guía
- Presentación telemática ➤
- Delegaciones
- Presentación fuera de la Comunidad Autónoma de Andalucía ➤
- Noticias

En el presente apartado, se pretende resolver las preguntas y dudas más frecuentes sobre el Registro de Empresas Acreditadas como Contratistas o Subcontratistas del Sector de la Construcción de la Comunidad Autónoma de Andalucía (REA):

¿QUÉ ES EL REGISTRO?

Es un registro de naturaleza administrativa y carácter público, que depende de las Delegaciones Provinciales de la Consejería de Empleo de la Junta de Andalucía. Es un instrumento para que las empresas contratistas y subcontratistas, con domicilio social en la Comunidad Autónoma de Andalucía, acrediten el cumplimiento de los requisitos de calidad y solvencia exigidos en el artículo 4.1 y .2 a) de la Ley 32/2006, de 18 de octubre, reguladora de la subcontratación en el Sector de la Construcción.

¿DESDE CUÁNDO SE PUEDEN INSCRIBIR LAS EMPRESAS?

Desde el 23 de junio de 2008.

¿DESDE CUÁNDO ES OBLIGATORIO ESTAR INSCRITO?

A partir del **26 de agosto de 2008** será exigible para todas las empresas que pretendan ser contratadas o subcontratadas en una obra de construcción, cuyo domicilio radique en el territorio de Andalucía, la obligación de inscripción en este Registro, con carácter previo al inicio de su intervención en el proceso de subcontratación en el Sector de la Construcción.

¿QUÉ EMPRESAS TIENEN OBLIGACIÓN DE INSCRIBIRSE?

Si su empresa tiene su domicilio en Andalucía y pretende ser contratada o subcontratada para trabajos en una obra de construcción, en régimen de subcontratación, deberá solicitar la inscripción en el **REGISTRO DE EMPRESAS ACREDITADAS de Andalucía**.

De esta forma, las empresas interesadas, pueden presentar las solicitudes de inscripción de las siguientes formas:

- **De forma telemática**, mediante firma electrónica, en la dirección <https://www.juntadeandalucia.es/empleo/rea/solicitud>, de acuerdo con lo previsto en el Decreto 183/2003, de 24 de junio y en el artículo 9 de la Orden de 23 de mayo de 2008, por la que se crea el Registro de Empresas Acreditadas como Contratistas o Subcontratistas del Sector de la Construcción de la Comunidad Autónoma de Andalucía.
- Alternativamente, **en soporte papel** en los Registros de las Delegaciones Provinciales de la Consejería de Empleo, en cuyo territorio radique el domicilio de la empresa contratista o subcontratista, en el Registro General de esta Consejería o en los lugares y por los medios indicados en el artículo 38.4 de la Ley 30/1992, de 26 de noviembre.

Agenda

EVENTOS PREVISTOS MIEMBROS DEL CAPRL

PREVEBÚS INMIGRANTE

El Plan General para la Prevención de Riesgos Laborales de Andalucía tiene como objetivo general la promoción de la salud laboral, reducción de la siniestralidad laboral y mejora de las condiciones de trabajo. El Programa Prevebús del Inmigrante es una Campaña masiva de PROMOCIÓN DE LA CULTURA PREVENTIVA entre la POBLACIÓN INMIGRANTE en Andalucía, con el objetivo primordial de REDUCIR LA SINISTRALIDAD.

Sus objetivos específicos son:

- Crear una cultura preventiva
- Dotar a los trabajadores extranjeros de hábitos de trabajo saludable y seguro y fomentar el conocimiento en materia de seguridad y salud en el trabajo.
- Generar hábitos de conducta seguros que hagan más responsables a los trabajadores extranjeros.
- Interiorizar valores de seguridad y prevención de forma que puedan extrapolarlos a su vida cotidiana.

LOCALIDAD	DIAS DE JULIO
OLIVARES (SEVILLA)-POZOBLANCO (CÓRDOBA)	21-07-08
CARMONA (SEVILLA)- POZOBLANCO (CÓRDOBA)	22-07-08
CARMONA (SEVILLA)- POZOBLANCO (CÓRDOBA)	23-07-08
PARADAS (SEVILLA) – POZOBLANCO (CÓRDOBA)	24-07-08
PARADAS (SEVILLA) – POZOBLANCO (CÓRDOBA)	25-07-08
EL CUERVO (SEVILLA) – VILLANUEVA (CÓRDOBA)	26-07-08
SAN JUAN DE AZNALFARACHE. (SEVILLA)- VILLANUEVA (CÓRDOBA)	28-07-08
EL VISO (SEVILLA)- VILLANUEVA (CÓRDOBA)	29-07-08
EL VISO (SEVILLA)- VILLANUEVA (CÓRDOBA)	30-07-08

CURSO DE COORDINADOR DE SEGURIDAD Y SALUD EN OBRAS DE CONSTRUCCIÓN (ver más)

Con el objetivo general de formar a especialistas que puedan desarrollar las funciones de Coordinador de Seguridad y Salud en fase de proyecto y de ejecución de obras de construcción según establece el R.D. 1627/97, de 24 de octubre, sobre Condiciones Mínimas de Seguridad y Salud en Obras de Construcción, la Fundación Andaluza Fondo de Formación y Empleo con el apoyo de la Consejería de Empleo, convoca estos cursos.

ALMERÍA	03/10/2008 A 04/2009
CÓRDOBA	03/10/2008 A 04/2009
CAMPO DE GIBRALTAR	26/09/2008 A 04/2009
GRANADA	10/10/2008 A 03/2009
HUELVA	26/09/2008 A 03/2009
JEREZ DE LA FRONTERA	03/10/2008 A 04/2009
SEVILLA	17/10/2008 A 04/2009

CURSO. TÉCNICO SUPERIOR EN PRL (ver más)

La Fundación Andaluza Fondo de Formación y Empleo con el apoyo de la Consejería de Empleo, convoca estos cursos con las siguientes fechas y localidades:

GRANADA	10/09/2008 A 05/2009
JAÉN	08/09/2008 A 05/2009
MÁLAGA	17/09/2008 A 05/2009
SEVILLA	15/09/2008 A 05/2009

PROGRAMA INTERSECTORIAL PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE DIFUSIÓN DE LA CULTURA PREVENTIVA

La Confederación de empresarios de Jaén (CEJ) ha desarrollado el Programa Intersectorial para el desarrollo de Actividades de Difusión de la Cultura Preventiva, dirigido a la PYME, para la incorporación de actuaciones que contribuyan a mejorar su Gestión de Prevención de Riesgos Laborales mediante la concreción de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo.

El objetivo general es conseguir una mayor difusión de la cultura preventiva y un incremento del nivel de la gestión de la prevención de riesgos laborales así como una mayor sensibilización para que sirva de base al fomento e incremento de la Política de Gestión de la Prevención de Riesgos Laborales en las empresas, se pretende la elaboración de herramientas destinadas a facilitar a trabajadores y empresarios el cumplimiento de las obligaciones que les asigna la ley PRL , para saber más:
<http://www.cej.es/portallcej/fundacion2008/web.htm>

EVENTOS PREVISTOS OTRAS ENTIDADES

CURSO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. NIVEL BÁSICO

La Fundación del Metal para la cualificación, formación y empleo convoca un Curso de Nivel Básico, al objeto de dar de una forma sistematizada, y haciendo mención a la normativa aplicable en cada caso, los conocimientos mínimos suficientes que permitan analizar los riesgos que hay en el entorno de trabajo dentro de la empresa, así como de impartir las técnicas de análisis de las condiciones de trabajo que permitan valorar los riesgos y adoptar las medidas adecuadas para evitarlos o disminuirlos.

P.I. La Red C/La Red 17 Parc. F2; Alcalá de Guadaira. 21 de julio a 16 de septiembre

DIRECCIÓN DE SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y SALUD LABORAL (ver más)

La Escuela Andaluza de Salud Pública adscrita a la Consejería de Salud , organiza la obtención de un Diploma en dirección de servicios de prevención de riesgos laborales y salud laboral, organizado en diferentes módulos, siendo sus objetivos específicos: la adquisición los conocimientos sobre sistemas de gestión aplicables a las organizaciones. Integración de sistemas en la empresa; de habilidades para la gestión de equipos de trabajo, técnicas de comunicación interna y comunicación con medios, así como de actualizar conocimientos tanto para la investigación como para la efectividad en la prevención de riesgos, utilizando técnicas de epidemiología y estadística, conociendo los instrumentos que permitan una actualización permanente tanto técnica como jurídica en materia de prevención de riesgos laborales, disponiendo de habilidades y técnicas para facilitar la integración de la prevención de riesgos laborales en la empresa, desarrollando conocimientos para la evaluación y mejora continua de las actividades preventivas.

Granada. 15 de octubre 2008 a 15 de mayo 2009

CURSO DE ESPECIALISTA EN ATMÓSFERAS EXPLOSIVAS EN LA INDUSTRIA PROTECCIÓN CONTRA EXPLOSIONES. PROYECTO: ELABORACIÓN DE UN DOCUMENTO DE PROTECCIÓN CONTRA EXPLOSIONES (ver más)

El 18 de junio del año 2003 se publicó el R.D. 681/2003 sobre protección de la salud y seguridad de los trabajadores expuestos a los riesgos derivados de atmósferas explosivas en el lugar de trabajo; la Universidad de Córdoba organiza un curso de especialista en atmósferas explosivas en la industria.

Escuela Politécnica Superior. Un. de Córdoba. Córdoba. 4 de octubre de 2008 al 21 de febrero de 2009

CURSO DE FORMACIÓN SOBRE SISTEMAS DE GESTIÓN EN PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. APLICACIÓN DEL ESTÁNDAR OHSAS 18001:2007

La Universidad de Córdoba con la colaboración de AENOR, organiza este curso, para el que a abierto plazo de preinscripción desde el 15 de junio al 15 de julio

El Curso va dirigido a Profesionales, Técnicos, Mandos y Directivos que requieran conocer, gestionar, mantener, diseñar o implantar un Sistema de Gestión de Prevención de Riesgos Laborales (SGPRL) en la empresa según OHSAS 18001:2007.

http://www.uco.es/estudios/sep/titulos_propios/formacion_permanente.php

CURSOS. CENTRO ANDALUZ PARA LA EXCELENCIA EN LA GESTIÓN (ver más)

El Centro Andaluz para la Excelencia en la Gestión, centro operativo del IAT, encargado de fomentar la aplicación de los más actuales principios de la gestión empresarial, organiza un *Curso sobre Métodos de Evaluación mediante el Modelo EFQM*

Sede del CO de Ingenieros Superiores de Andalucía Oriental. Málaga. 24 y 25 de septiembre

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES POR AGENTES QUÍMICOS (ver más)

La UNIA dentro su programación de cursos de verano, ha introducido un curso dirigido a la prevención de los riesgos laborales frente a los agentes químicos. La desgraciada importancia que tiene en la actualidad la prevención de riesgos laborales, obliga a toda la sociedad a asumir la alícuota parte de su responsabilidad. En este sentido, a la Universidad le corresponde dar su respuesta para formar e informar sobre la presencia en la actualidad de este grave problema.

UNIA. Sevilla. 8 a 12 de septiembre

JORNADAS FREMAP-ANDALUCIA

- Aplicación de la Ley 32/2006 de subcontratación en la construcción
25 de julio. Palacio de Congresos y Exposiciones. Ronda (Málaga)

Noticias

CONVOCATORIAS

CONVOCATORIA 2008 DE SUBVENCIONES A LAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS ANDALUZAS PARA EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES DE PROMOCIÓN DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

En el Boja de 25 de junio se convocan subvenciones a las Universidades Públicas Andaluzas. El número máximo de actividades o proyectos a subvencionar para cada modalidad por cada Universidad será de un proyecto en cada apartado. El importe máximo de los gastos de dirección y/o coordinación del personal docente considerado como subvencionable queda establecido para la presente convocatoria en 1.500 euros. Así mismo el coste de la hora de docencia presencial no podrá exceder de 120 euros.

El plazo de solicitud termina el 25 de julio. Para más información visite www.juntadeandalucia.es/empleo.

XVI CONGRESO DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE SALUD LABORAL EN LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA (ver más)



La Sociedad Española de Salud Laboral en las Administraciones Públicas (SESLAP) celebrará en Girona durante los días 1, 2 y 3 de octubre de 2008, bajo el lema **"Por una efectiva prevención de riesgos laborales en las Administraciones Públicas"**, su XVII Congreso.

Este Congreso que ahora se presenta, tiene un carácter eminentemente práctico, con temas actuales de interés general y también con contenido científico. Se trata de un Congreso participativo que cuenta con la presencia de los profesionales más relevantes en sus respectivas áreas de conocimiento. También pretende ser un punto de encuentro entre los que trabajamos por y para la prevención, tanto dentro de la Administración como en entidades privadas.

Girona. 1 a 3 de octubre.

ACTUALIDAD

LOS INMIGRANTES ACUDEN AL PREVEBÚS PARA MEJORAR SU ACCESO AL MERCADO LABORAL

El curso de prevención en riesgos laborales está disponible en varios idiomas para adaptarse a cada alumno



Por segundo año consecutivo, el Prevebús ha recalado en Dos Hermanas (Sevilla). El programa de formación en riesgos laborales para inmigrantes está organizado por la Consejería de Empleo y cuenta con la colaboración de la Delegación de Bienestar Social y varias asociaciones de inmigrantes de Sevilla y la provincia

El curso de prevención en riesgos laborales está estructurado en clases de dos horas de duración. A través de los ordenadores con los que cuenta el Prevebús, los alumnos acceden a los contenidos del programa. Según comenta la monitora de este año, Luminita Cornelia Popa, el programa informático y los contenidos del curso están disponibles en varios idiomas para facilitar al alumno la comprensión del temario. Al curso han acudido alumnos provenientes de países hispanohablantes como Nicaragua, Bolivia o Venezuela, pero también Sierra Leona, Argelia o Rumanía por lo que la diversidad de idiomas (inglés, francés, polaco, rumano o árabe) es esencial para la correcta comprensión del temario. Los alumnos acuden con poca información previa acerca de la prevención en riesgos laborales.(...) el programa los pone al corriente de toda la legislación y les informa acerca de los riesgos que pueden correr en sus puestos de trabajo, las causas y las medidas de protección preventivas para evitar accidentes laborales

Acceso al mercado laboral

Al finalizar el curso los alumnos reciben un certificado de la Junta de Andalucía que acredita su participación y la asimilación de los conocimientos.

Aunque la principal ventaja del curso de prevención de riesgos laborales es el aprendizaje de los derechos y obligaciones de los trabajadores y los métodos para evitar accidentes laborales, los inmigrantes también acuden con la esperanza de que la obtención del certificado les facilite el acceso a un puesto de trabajo, puesto que es un plus en su currículo

Fuente: <http://www.lasemana.eu/content/view/10904/26/>

INSPECCIÓN PARALIZÓ 341 OBRAS POR INFRACCIONES EN SEGURIDAD Y SALUD LABORAL

La Inspección de Trabajo y Seguridad Social realizó 264.000 actuaciones que afectaron a 117.726 trabajadores

La Inspección de Trabajo y Seguridad Social realizó, en los tres primeros meses del año, 264.177 actuaciones. Como resultado de las mismas se levantaron 18.661 actas, con 23.285 infracciones, que afectaron a 117.726 trabajadores, y se propusieron sanciones por más de 73 millones de euros.

En Seguridad y Salud Laboral, se realizaron 92.111 actuaciones, y se detectaron 7.217 infracciones. El número de trabajadores afectados por infracciones ascendió a 55.610, que supone el 60,4 % del total de trabajadores afectados por todas las actuaciones de la actividad inspectora durante el primer trimestre el año y como resultado de las mismas se paralizaron 341 obras. El importe de las sanciones superó los 29 millones de euros(...)

Fuente: http://www.tt.mtas.es/periodico/Laboral/200807/LAB20080714_2.htm



CARTEL GANADOR DEL CONCURSO CONVOCADO POR EL S.P.P. DE SAFA " PREVENIR ES COSA DE CHI@S"

El pasado mes de abril el Servicio de Prevención Propio de SAFA, convocó un concurso cuyo lema era " Prevenir es cosa de chic@s".

En dicho concurso, se establecía entre otras modalidades la categoría artística, en la que se podían presentar desde carteles a fotografías. Los criterios de valoración, debían ser el reflejo de los principios fundamentales de la PRL, así como la originalidad con que pudiesen ser tratados todos los elementos básicos en torno a los que gira la seguridad y la salud de los trabajadores en el desarrollo de cualquier tipo de actividad profesional. A resultas de esta convocatoria, se ha concedido el primer premio al cartel, que puede observar, acompaña a esta noticia.

FIRMADO I CONVENIO DE PROFESIONALES PARA LA PREVENCIÓN EN SALUD LABORAL

Patronal y sindicatos firmaron hoy el I Convenio Colectivo Sectorial de los Servicios de Prevención Ajenos, que está formado por profesionales que se encargan de velar por la salud laboral de los trabajadores en las empresas.

Los sindicatos Comfia-CCOO y FeS-UGT y las asociaciones nacionales representativas del sector de Servicios de Prevención Ajenos (ANEPA, ASPA y ASPREM) firmaron hoy este convenio del que se beneficiará un total de 20.000 personas de más de 700 empresas. El acuerdo tiene una vigencia de cuatro años (2008-2011) y supone el fin al proceso de negociación que las organizaciones iniciaron en abril de 2007. El documento iguala las condiciones laborales de todos los trabajadores del sector y servirá como base e instrumento para el desarrollo futuro de este colectivo. En la rueda de prensa posterior a la firma del convenio, el secretario estatal de seguros de FeS-UGT, Jesús Sanz, destacó el 'momento histórico' ante la firma de este primer convenio y apuntó que a partir de ahora, para los trabajadores, 'será más atractivo' entrar a trabajar en este sector al estar regulado.

Por su parte, el presidente de ANEPA, Juan Carlos Bajo, subrayó la importancia que este sector tiene en cuanto a responsabilidad social, ya que lo forman profesionales que se encargan de velar por la salud laboral de los trabajadores en las empresas. Todos los firmantes del acuerdo se mostraron 'satisfechos' con lo obtenido y mostraron su confianza en seguir trabajando en el futuro en la dignificación del sector. Fuente: Terra Actualidad – EFE- 17/07/2008

PROGRAMA III SEMINARIO REGIONAL DE LA FLC-CRPRL: LA PREVENCIÓN TU MEJOR HERRAMIENTA DE TRABAJO

El pasado 18 de julio, tuvo lugar en la localidad de Linares (Jaén), la jornada auspiciada por la FLC y la Comisión Regional para la PRL en el Sector de la Construcción en Andalucía, cuyo título encabeza esta noticia " La prevención tu mejor herramienta de trabajo". Dicha jornada, se dedicó a abordar temas tales como: la Tarjeta Profesional de la Construcción (TPC), aspectos en relación a la Ley 32/2006 reguladora de la subcontratación en el sector de la construcción, Libro de Subcontratación y REA; así como otros relativos a los Recursos Preventivos en Construcción.

Consejos Preventivos

EMBARAZO Y CARGA DE TRABAJO.- ASPECTOS BÁSICOS



Para una mujer, el trabajo puede afectar al proceso reproductivo, de hecho, si definimos la carga de trabajo como el conjunto de requerimientos físicos y mentales a los que se ve sometida la persona durante la jornada laboral, deberemos tener en cuenta que el estado físico de esa persona, es primordial, así como las variaciones que se den en el mismo.

En toda actividad que se requiere un esfuerzo físico, se consume energía y aumentan los ritmos cardíaco y respiratorio; estos parámetros son los que sirven para determinar el grado de penosidad de una tarea.

La consecuencia directa de la carga física es la fatiga muscular y, cuando ésta es tal que la persona no puede llegar a recuperarse, puede producirse una patología osteomuscular. Así si consideramos la fatiga física como la disminución de la capacidad física de la persona, después de haber desarrollado una tarea durante un tiempo determinado, nos encontraremos que la misma puede responder a múltiples factores dependientes tanto del/la individuo/a como de las condiciones de trabajo y de las circunstancias acompañantes.

¿Qué situaciones cambian durante el embarazo?

Durante el embarazo se producen en el organismo una serie de cambios fisiológicos, algunos de los cuales están relacionados con la carga de trabajo, como son los referentes al sistema cardiocirculatorio y a las modificaciones endocrinas y metabólicas. Estas alteraciones, si bien no son factores de riesgo en sí, pueden suponer una sobrecarga para la mujer trabajadora.

Al realizar un esfuerzo físico considerable, hay un compromiso de todo el organismo, por lo que también se verá afectado el útero y el feto. Este esfuerzo hace que aumente el flujo de la sangre que va a los órganos implicados en el ejercicio; es decir, a los músculos y al corazón; disminuyendo en otras zonas del cuerpo como en la piel y en las vísceras, lo que implica un descenso de aporte sanguíneo al útero. En condiciones normales, no hay afectación fetal, pero sí cuando el esfuerzo es muy grande o cuando existe compromiso fetal.

La tasa cardíaca aumenta, así como el flujo sanguíneo que se distribuye a aquellos órganos que trabajan, como son los músculos y el corazón y disminuye en la piel, así mismo la actividad simpática causa dilatación de los vasos sanguíneos en músculos y constricción en las vísceras y en la piel. Se supone, pues, que el ejercicio fuerte reduce el flujo sanguíneo hacia el útero. Este proceso se verá agravado cuando además de existir una carga física elevada, la tarea se desarrolle en un ambiente térmico elevado.

A medida que progresa el embarazo, la mujer está menos capacitada para realizar ejercicios físicos, así como para levantar pesos, subir escaleras, etc., puesto que el gasto cardíaco, las pulsaciones y el consumo de O₂ es mayor que en caso de no existir embarazo. Parece ser que también aumenta la frecuencia cardíaca del feto, pero sin consecuencias negativas para el mismo.

¿Qué consecuencias puede tener en el feto el sobreesfuerzo en la manipulación de cargas físicas?

Si hay un incremento en el nivel de lactatos en plasma y si también aumenta en el feto por hipoxia intrauterina, el feto tendría más dificultad para "descargar" el lactato a la madre y puede acumularse en el feto. En este caso, podría darse una afectación del cerebro fetal; el ejercicio materno aumentaría, en este caso, la posibilidad de daño cerebral.

Las consecuencias que tiene la postura sobre el feto son las siguientes:

- La mujer embarazada que trabaja de pie suele tener niños con menor peso; estos niños pueden pesar unos 200 gramos menos que los de las mujeres que no trabajan o lo hacen en posición sentada.
- Las mujeres que trabajan sentadas no sólo tienen bebés más grandes, sino que tienen menos riesgo de sufrir un parto de feto muerto.
- Se pueden dar pérdidas de sangre, especialmente en el primer y segundo trimestre del embarazo, en posturas de pie más que en trabajo sentado.

¿Qué correlaciones habituales existen entre carga de trabajo y mujer embarazada – en especial en relación al feto-?

- El manejo de cargas pesadas retarda el crecimiento del feto.
- Las mujeres que realizan un trabajo pesado ganan menos peso y tienen niños más pequeños que las que tienen un trabajo ligero.
- Las mujeres que descansan unos ocho días antes del parto tienen niños más grandes (200 gramos más que los de mujeres que no descansan).
- El manejo de cargas y las posturas forzadas aumentan el porcentaje o la probabilidad de sufrir abortos espontáneos y partos prematuros.
- Al realizar trabajos pesados se pueden dar casos de hipertensión, en la mujer, asociada al embarazo.
- En trabajos pesados, la placenta pesa menos que en casos de trabajo moderado.
- Una carga excesiva puede provocar en el feto problemas cardiovasculares y defectos en el sistema nervioso central.

Pero, a la mujer ¿cómo la afecta en cuanto al embarazo?

Los efectos de una sobrecarga de trabajo en la mujer embarazada pueden agruparse en tres grandes bloques: patología osteomuscular, patología vascular y estrés

Patología osteomuscular

Las consecuencias más estudiadas que se dan en la mujer a causa del embarazo son las de tipo osteomuscular. Los puestos de trabajo no están diseñados, en principio, para las mujeres embarazadas, lo que puede acarrear malas posturas y/o posturas forzadas y sobreesfuerzos. Las malas posturas o las mantenidas demasiado tiempo y el manejo de cargas suelen dar este tipo de patologías. En la mujer embarazada se ha de sumar el hecho de que ha de soportar un sobrepeso debido a su propio embarazo

Una de las principales patologías osteomusculares que presentan las mujeres embarazadas es la lumbalgia. Los dolores de espalda, en especial a nivel lumbar, son uno de los problemas laborales más frecuentes. En el caso que nos ocupa, a medida que avanza la gestación, aumenta el dolor lumbar que puede ser debido, por un lado, a factores individuales y, por otro, a factores relacionados con el trabajo.

En cuanto a los factores individuales destacan la mala postura, la distensión muscular y el exceso de peso. Durante el embarazo se produce un aumento de la lordosis lumbar y de la cifosis cervical de forma progresiva, lo que se traduce en un cambio del centro de gravedad de la persona. Para compensar esta situación, hay un cambio postural que implica una contractura de los músculos espinales. Debido a un aumento de liberación de la relaxina por el cuerpo lúteo, en especial durante el primer trimestre del embarazo, se produce una distensión de la musculatura abdominal y de los ligamentos pélvicos. Así mismo, se produce una relajación del ligamento longitudinal posterior, que puede favorecer la aparición de hernias discales. Por otro lado, para compensar la mayor movilidad de las articulaciones, se produce una contracción muscular que desembocará en una mayor fatiga

Patología vascular

Un trastorno habitual que se da durante el embarazo es el de la estasis venosa, como resultado a esta situación, aparecen edemas y varices en las extremidades inferiores. La estasis venosa se ve agravada tanto en el caso en el que el trabajo se desarrolle en postura de pie, por sobrecarga en las válvulas venosas y por el aumento de la presión intrabdominal que dificulta el retorno venoso, como en el caso en que se deba permanecer largo rato en posición sentada, por compresión venosa en la región suprapoplítea

Estrés

Entendiendo el estrés, como el fracaso a la adaptación física y mental ante una situación negativa, es decir, que las personas no consiguen afrontar con éxito las presiones del entorno.

Se sabe que en un estado de estrés se producen una serie de reacciones fisiológicas que pueden influir en el embarazo debido a la reacción multihormonal que se produce; por ejemplo, el aumento de la liberación de catecolaminas produce un aumento de la presión sanguínea y de la irritabilidad uterina (lo que causa cambios cervicales) y disminuye la función placentaria. Así mismo, se produce un deterioro en la circulación útero-placenta y un incremento de la actividad uterina. Además, en situaciones de estrés, la persona puede alterar sus hábitos de conducta aumentando, por ejemplo, el consumo de sustancias como el alcohol, el café, el tabaco, etc., que pueden por sí mismas estar relacionadas con ciertas alteraciones reproductivas. Todo ello hace que sea difícil establecer una relación directa entre el estrés psíquico y dichas alteraciones.

Las causas de estrés pueden ser debidas al propio embarazo (preocupación por dañar el feto, asumir responsabilidades económicas y familiares, aumento de peso y pérdida de la figura, etc.), al trabajo doméstico que puede distar mucho de ser ameno y gratificante y al trabajo fuera de casa. En todos estos casos existen estresores físicos y psíquicos. Así como los estudios realizados sobre la carga física elevada y la fatiga coinciden en señalar que éstas pueden ser causas de estrés, las investigaciones sobre los efectos que produce el estrés psíquico debido al trabajo en el embarazo son muy limitadas y, además, se encuentran con el problema añadido de tener que aislar debidamente aquellas variables que se deben sólo al trabajo, de manera que se eviten los sesgos en los resultados.

¿Cuáles son las medidas preventivas básicas?

Hay que tener en cuenta que durante el embarazo hay más dificultad en realizar determinadas actividades que se desarrollan, de forma habitual, tanto en el mundo laboral como en casa y entre las que se encuentran las siguientes:

- Subir escaleras.
- Alcanzar objetos situados en estanterías altas.
- Trabajar sentado en una mesa.
- Coger cosas del suelo.
- Permanecer de pie.
- Manejar pesos.
- Realizar tareas de la casa (planchar, llevarla compra, fregar el suelo, etc.).

Dado que es imposible evitar los cambios "estructurales y fisiológicos" que se producen en la mujer durante el periodo gestacional, lo más adecuado es seguir una política preventiva basada en la educación y adiestramiento de las personas siguiendo la siguiente pauta:

- Enseñar a las personas a adoptar una postura correcta y evitar posturas forzadas o extremas al realizar la tarea, así como enseñar a manejar las cargas de una forma correcta.
- El hecho de practicar con regularidad algún tipo de ejercicio o deporte aumenta la capacidad física de la mujer.
- Hay que comer sano y equilibrado y procurar no excederse en el peso.

En cuanto al diseño del puesto y la organización del trabajo es aconsejable seguir las siguientes recomendaciones:

- Es necesario poder adaptar el puesto de trabajo a la persona, especialmente en el caso de la mujer embarazada en la que se dan grandes cambios de necesidad de espacio, alcances, cambios posturales, etc. Se recomienda para trabajos manuales que la altura más baja sea como mínimo el quinto percentil de altura del punto justo debajo del abdomen de la población femenina.
- Se debe eliminar o reducir en lo posible la carga de trabajo, especialmente en lo que se refiere a manejo de pesos y posturas forzadas.
- Hay que disminuir el tiempo de exposición a trabajos pesados y aumentar el número de pausas.
- Es aconsejable que la mujer embarazada pueda cambiar de posición con cierta frecuencia.
- En caso de que la persona tenga distribuidas las tareas en distintos puestos o plantas en un edificio, se intentará ubicar, siempre que sea posible, todas las tareas en una sola planta y puesto, evitando desplazamientos innecesarios.
- Hay que informar a las trabajadoras de los posibles factores de riesgo existentes en sus puestos de trabajo.
- Se debe informar de las medidas legales que existen a las que se puede acoger la mujer embarazada.
- Ya que el trabajo nocturno y a turno es un agravante de la carga de trabajo, es recomendable su reducción o, incluso, la supresión del mismo, en caso necesario.

Legislación básica aplicable:

- LEY 31/1995, de 8 de noviembre, de prevención de riesgos laborales
- Real Decreto Legislativo 1/1995 de 24 de marzo. Texto refundido de la ley del estatuto de los trabajadores.
- LEY 39/1999, de 5 de noviembre, para promover la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras.

Para saber más:

- www.mtas.es/insht
- www.mtas.es/insht/information/Ind_temntp.htm
- NTP 413

Normativa

Directiva 2008/46/ce del Parlamento Europeo y del Consejo de 23 de abril de 2008 por la que se modifica la Directiva 2004/40/CE sobre las disposiciones mínimas de seguridad y de salud relativas a la exposición de los trabajadores a los riesgos derivados de los agentes físicos (campos electromagnéticos) (decimoctava Directiva específica con arreglo al artículo 16, apartado 1, de la Directiva 89/391/CEE)

Cláusula de Excepción de Responsabilidad.

La información que se ofrece tiene carácter meramente informativo. La Consejería de Empleo no se hace responsable de un posible error u omisión en la información ofrecida en este boletín, considerándose como disposiciones normativas solo aquellas publicadas en diario oficial y actos administrativos o resoluciones aquellos dictados conforme al procedimiento administrativo.

Aviso Legal

En cumplimiento de la Ley Orgánica 15/1999, los suscriptores a este boletín, en cualquier momento pueden ejercitar su derecho de acceso, rectificación.

***Para darse de baja pulse
aquí***