

# Los riesgos profesionales y su prevención

*Para vivir y mantener la salud, el individuo tiene que satisfacer unas necesidades, y esta satisfacción la consigue apropiándose de la Naturaleza que le rodea y transformándola. Esta transformación de la Naturaleza es lo que conocemos vulgarmente como el Trabajo. En el presente tema se hará hincapié en el conjunto de técnicas que tratan de adecuar el trabajo al trabajador y la trabajadora, para prevenir los daños a la salud causados por la propia organización del trabajo.*

### 2.1 El trabajo

---

El trabajo ha tenido siempre dos características fundamentales: la **tecnificación** y la **organización**.

Por **tecnificación** entendemos el hecho de que el individuo inventa herramientas y máquinas que le permiten llevar a cabo la transformación del medio ambiente de forma cada vez más cómoda. Con las máquinas y las herramientas, las personas aumentan su fuerza, pero esta fuerza puede, cuando no está adecuadamente controlada, amenazar su integridad física y causar accidentes y enfermedades.

En cuanto a la **organización**, podemos decir que el ser humano vive en sociedad, vive con otras personas, asignando tareas determinadas a individuos concretos para conseguir el mismo resultado con menos esfuerzo que actuando individualmente.

El mal funcionamiento de la organización del trabajo, además de aumentar y potenciar el riesgo de daños físicos por falta de control técnico sobre el trabajo, producirá un desequilibrio no físico que puede provocar insatisfacción, falta de interés por

el trabajo, etc.

Existen en el trabajo riesgos que ponen en peligro la salud de las personas, con lo que, curiosamente, estaríamos atentando contra aquello que en principio queríamos defender y mejorar.

La Prevención de los Riesgos Profesionales ha de tener en cuenta todas aquellas «Condiciones de Trabajo» que pueden afectar a la salud del trabajador y la trabajadora, para lo cual hemos de conocer todos los posibles factores de riesgo presentes en el trabajo.

El ser humano es un «ser social», es decir, que para desarrollarse como tal necesita relacionarse con otros, y esto significa también que el trabajo es un hecho social.

Por lo tanto, no podemos, desde un punto de vista preventivo, limitarnos a reducir la jornada de trabajo como única forma de reducir los riesgos. Lo que hay que perseguir es lograr un trabajo con un grado de **tecnificación** que nos libere al máximo de los riesgos que atentan contra nuestra integridad física y mental, y al mismo tiempo conseguir que se organice de for-

ma coherente con las necesidades personales y sociales de los individuos.

## **2.2 La salud**

---

La Organización Mundial de la Salud define la salud como «el estado de bienestar físico, mental y social completo y no meramente la ausencia de daño o enfermedad»

Es importante destacar de esta definición el aspecto positivo, al hablar de un «estado de bienestar» y no sólo el negativo, que habitualmente se tiene al pensar en la salud desde la enfermedad. También hay que destacar el aspecto integral: físico, mental y social de la salud.

Hemos de pensar en la salud como un proceso de desarrollo y no como algo estático. Es decir, como algo que puede irse perdiendo o logrando, y que no es fruto del azar, sino que las condiciones que rodean a las personas y su voluntad juegan un papel importante en ello.

## **2.3 Los riesgos profesionales y su prevención**

---

El trabajo y la salud están fuertemente relacionados, ya que, por un lado, el trabajo es una actividad que el individuo desarrolla para satisfacer sus necesidades, es decir, para poder tener una vida digna. Es necesario trabajar porque así conseguimos satisfacer nuestras necesidades de supervivencia en un medio en el que los recursos, además de escasos, no siempre son

utilizables tal como se presentan. Pero además, el trabajo es una actividad por medio de la cual desarrollamos nuestras capacidades tanto físicas como intelectuales.

Junto a esta influencia positiva del trabajo respecto a la salud, existe también una influencia negativa; trabajando se puede perder la salud, cuando el trabajo se desarrolla en condiciones que pueden causar daño a nuestra integridad física, caso de los accidentes y enfermedades. Pero además, cuando el trabajo infrutiliza las aptitudes de las personas, se corre el riesgo de atrofiar, o no permitir, su desarrollo y su realización como miembro de la sociedad.

Según esto, podemos definir los riesgos profesionales como aquellas situaciones de trabajo que pueden romper el equilibrio físico, mental y social de las personas.

No podemos limitarnos a considerar como riesgos sólo aquellas situaciones que han causado accidentes y enfermedades, sino que habrá que buscar el origen de todos los desequilibrios de la salud.

En general podemos sospechar que existen riesgos profesionales en todas aquellas situaciones en las que no se ha considerado al ser humano como centro del proceso productivo.

El trabajo siempre produce modificaciones en el medio ambiente. Éstas pueden ser mecánicas, físicas, químicas, biológicas, psíquicas, sociales y morales, y es lógico pensar que estos cambios afectarán a la salud de la persona que trabaja, modificando su equilibrio, físico, mental y social.

La Prevención, según este planteamiento, no es más que una manera de analizar y evaluar, mediante un conjunto de técnicas, cada una de estas modificaciones y determinar, en qué grado, positivo o nega-

tivo, afectan a la salud del trabajador/a para que, minimizando los efectos negativos y favoreciendo los efectos positivos, consigamos métodos de trabajo que, sin dejar de ser rentables económicamente, creen condiciones de trabajo que se acerquen cada día más a ese estado ideal de bienestar físico, mental, y social al que todos los trabajadores/as tenemos derecho.

## **2.4 Los accidentes de trabajo**

Dentro de los efectos negativos que el trabajo puede tener para la salud, los accidentes son los indicadores inmediatos y más evidentes de unas malas condiciones de trabajo y, dada su gravedad, la lucha contra los accidentes es siempre el primer paso de toda actividad preventiva.

Además de los sufrimientos físicos y morales que causan al trabajador y a su familia, los accidentes reducen temporal o definitivamente la posibilidad de trabajar, lo que según nuestras definiciones de trabajo y salud supondrá, además de las consecuencias negativas para la salud física, un freno para el desarrollo personal del individuo como ser transformador, ya que le priva total o parcialmente de poderse realizar personal y socialmente.

## **2.5 ¿Qué es un accidente de trabajo?**

Legalmente, «se entiende por accidente de trabajo toda lesión corporal que el trabajador sufra con ocasión o a consecuencia del trabajo que ejecuta por «cuen-

ta ajena». Esta definición legal se refiere tanto a las lesiones que se producen en el centro de trabajo como a las producidas en el trayecto habitual entre éste y el domicilio del trabajador/a.

Desde un punto de vista técnico, accidente de trabajo es todo suceso anormal, no querido ni deseado, que se presenta de forma brusca e inesperada, aunque normalmente es evitable, que interrumpe la normal continuidad del trabajo y puede causar lesiones a las personas.

Los accidentes, por muy inesperados, sorprendentes o indeseados que sean, no surgen por generación espontánea ni por casualidad. Son consecuencia y efecto de una situación anterior. Cuando no se ven claras las causas que han producido un accidente no podemos afirmar que ha surgido de la nada o porque sí. Si los accidentes surgieran de la nada, por generación espontánea, no cabría ninguna defensa preventiva. En este caso la reacción fatalista de aceptarlos y aguantarlos sería la única salida.

Los accidentes no se explican por fenómenos sobrenaturales o con argumentos filosóficos. Actuando sobre las causas naturales es como se pueden evitar y reducir.

## **2.6 Las enfermedades profesionales**

«El Artículo 85 de la Ley General de la Seguridad Social, define la enfermedad profesional como toda aquella contraída a consecuencia del trabajo ejecutado por cuenta ajena, en las actividades que se especifiquen en el cuadro que se aprueba por las disposiciones de aplicación y desarro-

llo de la Ley, y que esté provocada por la acción de los elementos o sustancias que en dicho cuadro se indique para toda enfermedad profesional. El vigente cuadro de enfermedades profesionales fue aprobado por Decreto 1995/78 de 12 de mayo. Las enfermedades contraídas por el trabajador/a como consecuencia del trabajo y que no estén contempladas como enfermedades profesionales serán consideradas como accidentes de trabajo».

Pero desde el punto de vista técnico, enfermedad profesional o derivada del trabajo es aquel deterioro lento y paulatino de la salud del trabajador/a producido por una exposición crónica a situaciones adversas, sean éstas producidas por el ambiente en que se desarrolla el trabajo o por la forma en que éste está organizado.

## **2.7 Otros riesgos, para la salud de los trabajadores/as**

---

Los accidentes de trabajo y las enfermedades profesionales son efectos negativos del trabajo sobre la salud, pero limitar la prevención a la lucha contra accidentes y enfermedades supondría definir la salud como la ausencia de daño o enfermedad, abarcando una parte importante, pero sólo una parte, de la definición propuesta por la O.M.S. y que nosotros hemos admitidos como modelo.

Para plantearnos la labor preventiva de forma que ésta sea una manera real de mantener y mejorar nuestra salud, hemos de tener en cuenta que:

1º. La concepción legal de enfermedad profesional no se corresponde con la realidad porque hay enfermedades profesio-

nales que afectan a la salud física del trabajador, que no se contemplan como tales.

2º. Existen agentes agresivos en el trabajo que son susceptibles de ocasionar trastornos que sin ser de naturaleza física pueden causar daño al trabajador. Estas agresiones pueden llegar a materializarse en dolencias de tipo somático o psico-somático, pero pueden, sin llegar a este punto, ser perniciosas para el equilibrio mental y social de los individuos.

3º. Pero además de contemplar estos efectos negativos que no tenían cabida en la Seguridad e Higiene del Trabajo tradicionales, también hemos de considerar el aspecto positivo de la salud, o, dicho de otra forma, el trabajo tiene que favorecer el acercamiento progresivo a esa meta de «estado de bienestar» que es la salud.

Por lo tanto, habrá que estudiar, analizar y modificar los métodos de trabajo, no sólo para evitar los efectos negativos sobre la salud, sino también para potenciar los efectos positivos.

## **2.8 Las condiciones del trabajo**

---

Hoy en día se tiende a identificar condiciones de trabajo con calidad de vida laboral.

El campo de las condiciones de trabajo comprende, entre otros, los siguientes ámbitos: «las condiciones materiales del ejercicio del trabajo (el esfuerzo y la fatiga, la temperatura, la ventilación, etc.), las condiciones de seguridad, la presencia de contaminantes en el lugar de trabajo, el interés de la propia tarea, su contenido psico-

lógico y profesional (el carácter repetitivo, parcelario de la tarea; la monotonía o la variedad de los estímulos; la tensión y la carga mental que comporta)», la posibilidad de utilizar en el trabajo los conocimientos y las capacidades, las oportunidades de aprender algo nuevo, de adquirir una cualificación superior y de obtener una promoción. También comprende la duración de la jornada de trabajo, la distribución de horarios y el grado de flexibilidad existente, etc.

## **2.9 Los factores de riesgo**

---

Para facilitar nuestro trabajo hemos clasificado los factores de riesgo en cinco grupos, sin que esto implique ninguna jerarquización o prioridad.

### **Las condiciones de seguridad**

En este primer grupo consideraremos aquellas condiciones materiales que influyen sobre la accidentabilidad; elementos móviles, cortantes, electrificados, combustibles, etc. Para poder controlar estos elementos estudiaremos las máquinas y las herramientas, los equipos de transporte, las instalaciones eléctricas, los sistemas contra incendios, etc.

### **El medio ambiente físico de trabajo**

En este segundo grupo estudiaremos el medio ambiente de trabajo, dedicándonos preferentemente a las condiciones físicas: Ruido, Vibraciones, Iluminación, Condiciones termohigrométricas y Radiaciones, con objeto de establecer, por un lado, unos valores de estas condiciones que no produzcan lesiones y, por otro lado, determinar los niveles más adecuados para trabajar confortablemente.

### **Los contaminantes químicos y biológicos**

En este tercer grupo estudiaremos los contaminantes químicos y biológicos que pueden estar presentes en el medio ambiente de trabajo, sus efectos para la salud, las técnicas de evaluación y las medidas correctoras para controlarlos.

### **La carga de trabajo**

En este cuarto grupo estudiaremos las exigencias que la tarea impone al individuo que la realiza: esfuerzos, manipulación de cargas, posturas de trabajo, niveles de atención, etc., asociados a cada tipo de actividad para poder determinar la carga de trabajo tanto física como mental de cada tipo de tarea.

### **La organización del trabajo**

En este grupo estudiaremos los factores debidos a la organización, ya que la forma en cómo el trabajo se fragmenta en tareas elementales, así como el reparto de éstas entre diferentes individuos, unido a la distribución horaria, a la velocidad de ejecución y a las relaciones que se establecen dentro del centro de trabajo, pueden tener consecuencias para la salud de los trabajadores a nivel físico y, sobre todo, a nivel mental y social

En cualquier caso y antes de pasar a describir cada uno de estos grupos de factores, conviene tener en cuenta dos condiciones importantes: la presencia de varios factores y el tiempo de exposición.

### **La presencia de varios factores**

La existencia de múltiples factores actuando sobre una situación hace que tengamos que considerar en cada caso la interrelación que inevitablemente se produce. Por ejemplo, en un puesto en el que el nivel de iluminación es insuficiente, los requerimientos respecto a la complejidad

y la rapidez de la tarea serán muy elevados, y esto puede a su vez obligar al trabajador a unas condiciones posturales o de esfuerzo más penosas que con una iluminación adecuada. Una fuerte automatización disminuirá probablemente la identificación con el producto aumentando la sensación de monotonía y disminuyendo la capacidad de atención y de respuesta a las señales que se producen en el espacio de trabajo, etc.

Del mismo modo un buen clima de participación puede favorecer el grado de iniciativa y disminuir la agresión que provoca, por ejemplo, el trabajo a turnos.

### **El tiempo de exposición**

Indudablemente se conocen mejor los efectos del ruido o de un gas tóxico en función del tiempo de exposición que los de un determinado ritmo de trabajo, pero no olvidemos que el control del tiempo de exposición implica en muchos casos modificar toda la organización del trabajo. Es evidente que esto influirá positiva o negativamente en el grado de responsabilidad, en las posibilidades de comunicación y cooperación, y en la mayor o menor identificación con un producto o una tarea.

Podríamos seguir dando ejemplos de la relación existente entre distintos factores, pero vamos ahora a tratar cada uno de ellos y volveremos sobre este tema en un curso más amplio dedicado a la Prevención de Riesgos.

trabajo. Es necesario que los especialistas de estas técnicas trabajen en equipo para que la actuación preventiva sea eficaz. La Psicología intenta prevenir los daños causados por tareas monótonas y repetitivas, y por la propia organización del trabajo cuando ésta no tiene en cuenta al trabajador/a como persona.

Con la aparición del concepto de Ergonomía como conjunto de técnicas que intentan adecuar el trabajo al hombre, se hace más necesario el trabajo en equipo de diferentes especialistas.

Ahora al plantearnos el mantenimiento y mejora de la salud laboral, por medio del control y el perfeccionamiento de las condiciones de trabajo, volvemos a insistir en la necesidad de que todos los especialistas en temas preventivos trabajen en equipo, dada la interrelación que hay entre los diferentes riesgos y sus consecuencias. Pero también volvemos a insistir en la necesidad de que junto a estos especialistas participen los propios trabajadores/as afectados.

La participación puede mejorar las condiciones de trabajo pero además es, en sí misma, una mejora importante.

Mejorar las Condiciones de Trabajo no es más que enfocar la Prevención como una tarea conjunta de la Seguridad, la Salud y la Psicología. Esto obliga a un planteamiento multidisciplinar de todas aquellas técnicas específicas que tienen relación más o menos directa con el mantenimiento y la mejora de la salud de los hombres y las mujeres que trabajan.

## **2.10 Las técnicas preventivas**

---

La Seguridad, la Salud y la Medicina del Trabajo tratan de prevenir y curar las lesiones y enfermedades causadas por el