

Periódico: El Imparcial

Título: ¿Qué riesgos para la salud tienen los empleos digitales?

Subtítulo: Desde las civilizaciones antiguas hasta hoy, las condiciones de trabajo han estado regidas por factores de tipo económico, tecnológico, cultural, sociológico, de salud y por las políticas gubernamentales

Tema: Trabajo

Subtema: Riesgos empleos digitales

Referencia: Pérez, M. (27 de octubre de 2021). ¿Qué riesgos para la salud tienen los empleos digitales?. *El Imparcial*. Recuperado de <https://bit.ly/3xkOiFl>

Noticia:

¿Qué riesgos para la salud tienen los empleos digitales?

Los casos sobre daños en la salud sufridos en el trabajo son tan amplios y variados como las historias que podemos contar cada uno de nosotros sobre vivencias personales o cercanas, porque ¿quién no ha vivido un suceso o accidente próximo por motivos laborales?

¿Han cambiado las condiciones de trabajo en los últimos años?

Desde las civilizaciones antiguas hasta hoy, las condiciones de trabajo han estado regidas por factores de tipo económico, tecnológico, cultural, sociológico, de salud y por las políticas gubernamentales.

El tipo de daños sufridos en este ámbito se relaciona con el nivel de desarrollo de cada sector productivo. Así, pasamos a lo largo de la historia de los daños físicos a las cada vez más frecuentes afecciones psicosociales.

Para evitarlas, el devenir de la historia ha desarrollado diferentes técnicas que se engloban bajo el nombre de 'Prevención de Riesgos Laborales'. Estas se han llevado a cabo bajo un enfoque integrador y transversal.

Con la llegada de la mecanización, la primera fase industrial trajo consigo tasas de alta productividad según los ciclos económicos. Ahora se ha transformado en la actual revolución del conocimiento basada en la tecnificación, globalización, digitalización e inmediatez. Así se ha generado un marco geoespacial y temporal que influye en la capacidad de adaptación del ser humano.

Qué problemáticas predominan en los empleos actuales

La actividad tradicional se caracterizaba por el trabajo físico, que podía ocasionar numerosos accidentes. Actualmente se habla de trabajo cognitivo por la aparición de factores y riesgos psicosociales que afectan tanto a la seguridad física como a la social o mental.

Por ejemplo, desde el punto de vista organizacional, el absentismo o presencialidad, los índices de productividad empresarial, la posibilidad de sufrir accidentes y daños a terceros o los inconvenientes para la conciliación de trabajo y familia están generando un clima insano para el individuo y la empresa.

Además, hay otras variables que deben evaluarse, como el estrés individual de los empleados, el surgimiento de violencia, el acoso o la inseguridad contractual. Todos pueden provocar efectos perniciosos para la salud laboral.

El estrés, entre los principales riesgos en el trabajo

Las técnicas para el estudio de riesgos psicosociales se empezaron a monitorizar en Estados Unidos en los años 90. En España se han analizado bajo la Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo, en la que aparecen valores desde 1999 hasta el último en 2019.

Los resultados de estos documentos muestran que la intensidad del trabajo ha aumentado desde un 26 hasta un 34 %. Es decir, han crecido los casos en los que 'siempre' o 'casi siempre' se trabaja con 'plazos ajustados'.

Del mismo modo, la casilla de 'trabajar a gran velocidad' ha experimentado un crecimiento del 27 al 33 %.

Por otra parte, en 2015 un 40 % de trabajadores confirmaba que su ritmo dependía del cumplimiento de 'objetivos de producción o rendimiento', mucho mayor que el 24 % que se recogió en 2005.

Las consecuencias más frecuentes se pueden agrupar en dos categorías: por un lado, las psicológicas y sociales, y, por otro, las físicas.

Sin embargo, solamente el 33 % de las empresas con más de 20 trabajadores en Europa afirma contar con un plan de acción para prevenir el estrés laboral.

El estrés puede influir en nuestra fisiología con alteraciones por hipertensión, enfermedad cardíaca, cicatrización de heridas, trastornos musculoesqueléticos, trastornos gastrointestinales e inmunocompetencia deficiente.

Además, los efectos en la salud social y conductual pueden ocasionar deterioro del crecimiento personal y las relaciones afectivas, familiares y sociales. Todo ello puede alcanzar al estado de salud física y provocar patologías relacionadas como la bronquitis, enfermedad coronaria, enfermedad mental, trastornos tiroideos, enfermedades de la piel, determinados tipos de artritis reumatoide, obesidad, tuberculosis, dolor de cabeza y migraña, úlcera péptica, colitis ulcerosa y diabetes, entre otras.

Cómo afrontar los riesgos psicosociales

En esta cuarta industrialización o industrialización 5.0 se ha de tener en cuenta a las personas y al planeta. De esta forma, las políticas gubernamentales deberían poner el foco en los factores organizativos y productivos positivos.

En ellos se incluye el control, asesoramiento y corrección necesaria, así como la coordinación entre el sistema de salud y los servicios de medicina del trabajo para una prevención eficaz.

Por su parte, las empresas deberían analizar el diseño de la organización y los puestos de trabajo para eliminar y controlar los riesgos. Según la Encuesta europea de empresas sobre riesgos emergentes, la reorganización del trabajo

para reducir las exigencias y la presión laboral, y el asesoramiento de confianza para los trabajadores son dos de las medidas empleadas más frecuentes. Por sectores, la educación, la sanidad y el trabajo social registran las proporciones más altas de estas medidas.

Además, la encuesta destaca que se hace preciso identificar plenamente los riesgos habituales en el sector y menciona un creciente peso del sector servicios. Los riesgos más habituales en dicho ámbito son los conflictos relacionados con clientes, alumnos y pacientes (58 %), seguidos de las posturas dolorosas o extenuantes (56 %) y los movimientos repetitivos en extremidades superiores (52 %).

Por tanto, se deberían evaluar los riesgos de manera específica según la actividad productiva y dotar a los servicios de prevención de recursos suficientes para afrontarlos.

En cuanto a los trabajadores, es conveniente que lleven hábitos de vida saludable, favorezcan el desarrollo personal con actividades complementarias para un mejor equilibrio y fomenten las relaciones interpersonales y sociales.

En definitiva, los retos para el futuro del trabajo pasan por el desarrollo y la planificación de nuevas vías para lograr la mejora de la seguridad y la salud laboral. Para ello se debe lograr la participación activa de todos los agentes teniendo en cuenta la realidad actual en un entorno volátil, incierto, complejo y ambiguo.

Se deben impulsar los recursos oportunos que nos brinda la ciencia, como es el caso de la neuroprevención. Esta busca conocer cómo trabaja nuestro cerebro, sus potencialidades y limitaciones ante situaciones con potencial de accidentalidad laboral. También debería incorporarse la parte biológica de la conducta aplicada a la prevención, así como la biomecánica para la mejora del rendimiento y el confort físico en el trabajo. Igualmente deberían propiciarse las mejoras tecnológicas en entornos sostenibles.

El objetivo de este desarrollo es crear organizaciones resilientes, con visión estratégica y el objetivo puesto en las personas. (sic)

Contenido:

La salud en el trabajo debe de considerar nuevas variables debido al contexto actual donde predomina el trabajo digital, los daños sufridos en este ámbito se relaciona con el nivel de desarrollo de cada sector productivo.

Responsable: Cynthia Guadalupe Hernández Rojas