

# Seguridad y salud en el trabajo

La importancia de anticiparse,  
prepararse y responder a las crisis



Organización Internacional del Trabajo (OIT)

# Sistemas de Seguridad y Salud en el Trabajo sólidos y resistentes

ES NECESARIO INVERTIR EN INFRAESTRUCTURAS DE SST E INTEGRARLAS EN PLANES GENERALES DE PREPARACIÓN Y RESPUESTA FRENTE A CRISIS A ESCALA NACIONAL, PARA VELAR POR LA SEGURIDAD Y LA SALUD DE LOS TRABAJADORES Y FACILITAR LA CONTINUIDAD DE LA ACTIVIDAD EMPRESARIAL

La Organización Internacional del Trabajo (OIT) aboga por el establecimiento de sistemas de seguridad y salud en el trabajo resilientes para hacer frente a futuras situaciones de emergencia.

Según la Organización Internacional del Trabajo, es necesario mejorar las políticas de seguridad y salud en el trabajo a escala nacional, así como los correspondientes marcos institucionales y normativos, y facilitar su integración en las medidas de respuesta frente a las crisis.

Según un informe de la Organización Internacional del Trabajo (OIT) publicado en el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo el pasado 28 de abril, es necesario que los países pongan en marcha Sistemas de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST) sólidos y resistentes, a fin de mitigar los riesgos que corren todas las perso-



LLAMAMIENTO DE LA OIT PARA APROVECHAR LOS PRINCIPALES ELEMENTOS DE LOS SISTEMAS NACIONALES DE SST

“No cabe una demostración más clara de la importancia que reviste contar con un entorno de seguridad y salud en el trabajo sólido y resiliente”

Guy Ryder, Director General de la OIT

nas en el mundo del trabajo frente a futuras emergencias sanitarias.

A tal efecto, será necesario invertir en infraestructuras de SST e integrarlas en planes generales de preparación y respuesta frente a crisis a escala nacional, con objeto de velar por la seguridad y la salud de los trabajadores y facilitar la continuidad de la actividad empresarial.

En el informe “Anticiparse a las crisis, prepararse y responder - Invertir hoy en sistemas resilientes de SST” se examinan la prevención y la gestión de riesgos relacionados con la pandemia, y se abordan otros riesgos de salud y seguridad asociados a la modificación de las pautas de trabajo como consecuencia de la adopción de medidas de control del virus.

También se esboza la función primordial desempeñada durante la pandemia por los marcos normativos y las instituciones de seguridad y salud en el trabajo, así como por los correspondientes mecanismos de conformidad,

## ANTICIPARSE A LAS CRISIS, PREPARARSE Y RESPONDER

El Director General de la OIT, Guy Ryder, y un panel de líderes mundiales y representantes de alto nivel de gobiernos y de organizaciones de empleadores y de trabajadores ofrecieron sus puntos de vista y mostraron cómo la inversión en seguridad y salud en el trabajo, tanto desde el punto de vista programático como financiero, contribuye a una infraestructura más sólida a nivel nacional, preparada para responder a crisis como la de COVID-19 y eventos similares.

Desde que irrumpió como crisis mundial a principios de 2020, la

pandemia de COVID-19 ha tenido profundas repercusiones en todo el planeta. La pandemia ha incidido en casi todos los aspectos del mundo del trabajo, desde el riesgo de transmisión del virus en los lugares de trabajo hasta los riesgos relacionados con la SST que han surgido como consecuencia de las medidas para mitigar la propagación del virus. La reorientación hacia nuevas modalidades de trabajo, como la generalización del teletrabajo, ha ofrecido muchas oportunidades a los trabajadores, pero también ha planteado riesgos potenciales para la SST, en particular riesgos psicosociales y

violencia. Por ello, “El Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo 2021” se centró en potenciar los elementos de un sistema de SST, tal y como se establece en el Convenio sobre el marco promocional para la seguridad y salud en el trabajo, 2006 (núm.187). La OIT aprovechó esa oportunidad para sensibilizar a la opinión pública y para estimular el diálogo sobre la importancia de crear e invertir en sistemas de SST resilientes, basándose en ejemplos regionales y nacionales para mitigar y prevenir la propagación de la COVID-19 en el lugar de trabajo.

servicios sanitarios y de asesoramiento, provisión de información, y actividades de investigación y formación.

### Mensaje del Director General de la OIT

“No cabe una demostración más clara de la importancia que reviste contar con un entorno de seguridad y salud en el trabajo sólido y resiliente. La labor de recuperación y prevención requiere la mejora de las políticas y los marcos institucionales y normativos a escala nacional, así como su adecuada integración en los marcos de respuesta frente a la crisis”, señaló Guy Ryder, Director General de la OIT.

Desde que surgió la pandemia de COVID-19, los trabajadores de sectores específicos, en particular los de atención en caso de emer-

**7.000**  
trabajadores sanitarios han fallecido desde que surgió la pandemia

gencias, la sanidad y la asistencia social, se han encontrado en una situación particularmente vulnerable frente al riesgo de infección. Según datos del informe, 7000 trabajadores sanitarios han fallecido desde que surgió la crisis, y 136 millones de trabajadores de los servicios sanitarios y de asistencia social corren el riesgo de contraer el COVID-19 en el trabajo.

Las presiones y los riesgos que ha afrontado el personal sanitario durante la pandemia también han afectado adversamente a su salud mental; uno de cada cinco trabaja-

dores sanitarios de todo el mundo ha señalado que posee síntomas de depresión y ansiedad.

### Otro problema: el ánimo en el teletrabajo

Se han producido brotes de COVID-19 en muchos otros sectores, no solo en el sanitario y el asistencial, especialmente en entornos en los que los trabajadores se encuentran en espacios cerrados o a poca distancia entre sí durante un cierto período de tiempo, así como en situaciones en las que se comparte alojamiento o medios de transporte.

Al analizar los problemas sanitarios relacionados con el enorme aumento del teletrabajo a lo largo de la pandemia, en el informe se señala que, si bien el teletrabajo ha sido primordial para limitar la propagación del virus, así como

para mantener el empleo y la continuidad de la actividad empresarial y ofrecer a los trabajadores mayor flexibilidad, ha dificultado asimismo la delimitación entre horario laboral y vida personal. El 65% de las empresas encuestadas por la OIT y la Red de SST del G20 manifestaron que los trabajadores tuvieron dificultades para mantener el ánimo durante el teletrabajo.

### Los SST: una cuestión de recursos

Según se desprende de los resultados del informe, las pequeñas empresas y las microempresas han tenido dificultades con frecuencia para cumplir los requisitos oficiales en materia de SST, habida cuenta de que muchas de ellas carecen de los recursos necesarios para hacer frente a los retos planteados por la pandemia.

Gran parte de los 1600 millones de trabajadores que desarrollan su labor en la economía informal, en particular en los países en desarrollo, han seguido trabajando pese al

**136**

millones de trabajadores sanitarios y de asistencia social corren riesgo de contraer Covid-19

confinamiento y las restricciones de desplazamiento e interacción social, entre otras medidas aplicadas. Debido a ello, han corrido un elevado riesgo de contraer el virus, y la mayoría de ellos carece de protección social fundamental, por ejemplo derecho a la baja o a remuneración por enfermedad.

Como se destaca en el informe, las normas internacionales del trabajo proporcionan directrices específicas sobre la forma de afrontar esos retos, y en consecuencia, de mitigar el riesgo de propagación del virus en el trabajo. Dichas normas ofrecen asimismo herramientas para implantar mecanismos de SST adecuados y velar por que los trabajadores, los empleadores y los gobiernos puedan fomentar el trabajo decente, al tiempo que se adaptan a los efectos de la pandemia en el plano socioeconómico.

Por otro lado, las normas internacionales del trabajo promueven el diálogo social como método idóneo para garantizar que los procedimientos y los protocolos se apliquen y acepten de forma eficaz.



## Salud y seguridad en el trabajo

# De la prevención a la acción: una identidad desde el origen del BSE

SE GENERAN PROGRAMAS HACIA LA COMUNIDAD QUE INVOLUCRAN FORMACIÓN Y COMUNICACIÓN, PILARES CLAVES. EN ESTE CONTEXTO DE EMERGENCIA SANITARIA SE AFIANZÓ LA HERRAMIENTA VIRTUAL, A TRAVÉS DE LA PLATAFORMA DE EDUCANTEL, PARA ALCANZAR A ZONAS GEOGRÁFICAS DIFERENTES

La salud y el bienestar de los trabajadores son temas que hacen a la construcción de una organización saludable. Desde nuestros orígenes hemos tomado conciencia de la importancia de forjar una cultura preventiva y apostar a extenderla hacia afuera de la empresa para contribuir con entornos más sanos, confortables y seguros. Nuestra misión de empresa refleja la importancia que reviste el factor de la prevención en el desarrollo de la operativa: “Brindar protección a nuestros clientes y beneficiarios, mediante productos y servicios de calidad. Promover la consciencia aseguradora y la prevención”. Desde ese lugar, generamos programas hacia la comunidad que involucran formación y comunicación, dos acciones que juegan un papel preponderante para el cambio.

### Prevención comunitaria

La clave para evitar un accidente es prevenirlo. Apoyándonos en la formación como medio para fortalecer el conocimiento, ampliamos a escala nuestra experiencia

**300**

horas de capacitación a la comunidad en prevención de riesgos en 2020

en prevención de riesgos para llegar a toda la sociedad. En este contexto de emergencia sanitaria afianzamos la herramienta virtual, a través de la plataforma de Educantel, para alcanzar a zonas geográficas diferentes.

Nuestra unidad especializada en riesgos brinda cursos gratuitos y de libre acceso que ayudan a advertir situaciones de riesgo y empoderan a trabajadores y empresas en buenas prácticas en seguridad e higiene. De esta forma, las personas son protagonistas del proceso de aprendizaje al replicar y compartir con sus pares. Esto posibilita incidir en el cambio de comportamientos de otros y motivar buenos hábitos para un correcto desarrollo de las tareas.

Otro medio para estimular la prevención fue la creación de un mecanismo llamado “Sistema de Promoción de la Prevención”, que optimiza las condiciones de salud y seguridad de nuestros clientes empresariales. Mediante un aplicativo web (elaborado con base en la normativa nacional vigente),



cada organización completa una autoevaluación de la calidad de su sistema de prevención, obteniendo un diagnóstico. El proceso permite identificar oportunidades de mejora y, eventualmente, aplicar para obtener bonificaciones en la póliza de seguro.

La comunicación es una valiosa herramienta que marca en agenda un tema que es altamente sensible. A partir de la participación en espacios nacionales de intercambio sobre mejores prácticas, desarrollamos contenidos accesibles a toda la población. Además, la “Academia de Choferes Seguros” es un producto que lanzamos recientemente en nuestras redes sociales, apostando a un manejo responsable. Las piezas cortas de comunicación repasan la reglamentación de tránsito y ofrecen recomendaciones para una movilidad segura.

### Promoción de la salud

El propósito que nos integra como empresa tiene un fuerte contenido de servicio a la sociedad. Compartimos la misión de los Objetivos Mundiales de la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible, enfocados en erradicar la pobreza, lograr la igualdad y proteger al entorno que habitamos. Las organizaciones tanto públicas como privadas y los distintos actores sociales son relevantes para contribuir al cambio con el cumplimiento de los objetivos. En ese sentido, hemos identificado aquellos que presentan una relevancia alta en nuestro negocio, catalogando al n°3 (salud y bienestar de todos), como uno de los principales para la gestión. Vinculado al punto anterior, somos

## SEGURO DE ACCIDENTES LABORALES

Es un seguro de carácter obligatorio que cubre la responsabilidad civil del patrón por los accidentes de trabajo o enfermedades profesionales que ocurran a sus obreros y empleados a causa del trabajo o en ocasión del mismo. La forma y las condiciones de dicho seguro están determinadas en la Ley n° 16.074, vigente desde 1989.

A raíz de la emergencia sanitaria y cumpliendo con la normativa, incluimos al Covid-19 en el listado de enfermedades profesionales. A través de esta ampliación, se ampara al personal de la salud que realice sus tareas directa o indirectamente con pacientes infectados.

responsables de la gestión de la cartera de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales. Amparamos a cada trabajador que sufre un siniestro laboral y otorgamos las prestaciones correspondientes con independencia de la existencia de cobertura a través de la contratación de una póliza (sin perjuicio de las sanciones legales y administrativas que recaen sobre el empleador que devino en falta).

Al trabajador accidentado se le ofrece atención sanitaria integral, ambulatoria o de internación, tanto en Montevideo como a través de nuestra red de asistencia en todo el país. Todo lo referente a medicamentos, análisis clínicos, colocación de prótesis e instrumentos para la rehabilitación, forman parte de los beneficios que incluye el seguro. Asimismo, se indemniza económicamente por los jornales perdidos hasta el alta médica y una renta permanente en los casos que corresponda.

Contamos con un hospital que es un centro de referencia para atender patologías relacionadas con la vida laboral. Disponemos de tecnología médica de punta en materia de rehabilitación y espe-

**19.613**

trabajadores se asistieron en el Hospital BSE en 2020. Del total de altas, el 97% se reincorporó a sus tareas sin secuelas

cialmente para el tratamiento de lesiones medulares, traumatismos encéfalo-craneanos y amputaciones. Entre otros equipos innovadores, destacamos el Evaltech, único en Latinoamérica, que realiza una evaluación completa de la capacidad funcional del paciente. Además, el predio dispone de un área de hidroterapia y jardines diseñados con el propósito de favorecer la recuperación.

Los siniestros no sólo afectan al trabajador sino también a su familia y al entorno social. Por eso consideramos que es importante el acompañamiento en el proceso de reincorporación al trabajo. Como parte de ese compromiso, mantenemos un convenio con el Instituto Nacional de Empleo y Formación Profesional

(INEFOP) para atender las necesidades de pacientes que presenten limitaciones en la realización de sus tareas habituales. Otra de las acciones en esta órbita es la iniciativa “Escuela de la Espalda BSE”, un espacio de taller a cargo de nuestros especialistas, cuyo fin es educar en salud a personas en tratamiento por lumbalgia de origen laboral. Se trata de una actividad que integramos al ámbito asistencial teniendo en cuenta la cantidad de atenciones registradas a raíz de esta patología. Durante los encuentros se abordan contenidos referentes a la anatomía y funcionamiento de la espalda, manejo manual de cargas, higiene de la postura y se brindan herramientas de prevención para el desempeño profesional futuro, entre otros.

### Un Hospital integrado

Uno de los avances es la integración del Hospital BSE a la academia como Centro Docente Asociado de la Universidad de la República. A partir de esta alianza recibimos por primera vez a médicos residentes, a quienes acompañamos en su proceso educativo. También creamos un acuerdo de cooperación con la Universidad Católica del Uruguay enfocado en la formación de los estudiantes de la Maestría en Fisioterapia con énfasis en Ortopedia y Traumatología.

La innovación es una estrategia de la sostenibilidad siendo un motor para el desarrollo del país y poniendo sus hallazgos al beneficio de la población. Con esa mirada, apoyamos la investigación científica en medicina, de la mano del Instituto Pasteur.

Nuestra intención es llegar a toda la comunidad uruguaya con un mensaje de prevención ya que los accidentes se pueden evitar. Nos interesa seguir transitando este camino y poner el hombro para lograr la transformación hacia una sociedad cada vez más prudente. Para ello, el compromiso por trabajar en prevención está presente: replicar y sumar son acciones que están en nuestro ADN, desde hoy, desde siempre.

### Día Mundial de la Seguridad y Salud Laboral

La proclama es impulsada por la Organización Internacional del Trabajo (OIT) y se celebra cada 28 de abril. La campaña mundial busca promover el trabajo seguro, saludable y digno.

En conmemoración de la consigna, la fachada del Hospital BSE se vestirá de color naranja.

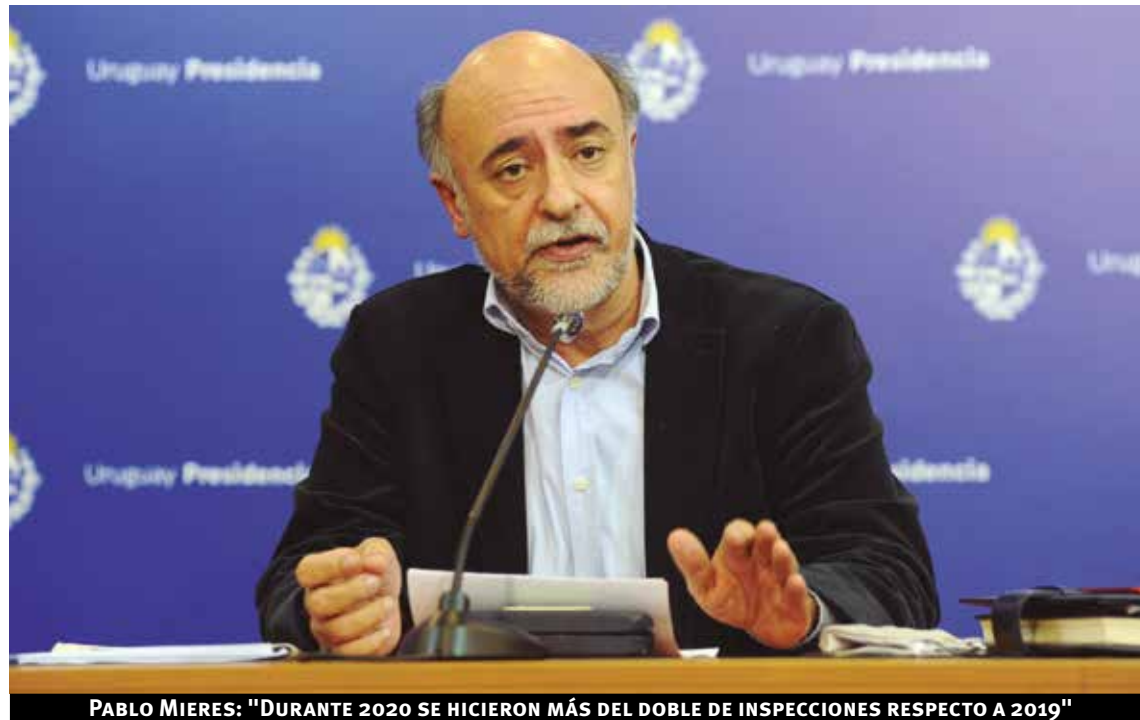
Pablo Mieres, Ministro de Trabajo y Seguridad Social

# Todo un reto: mantener la tarea inspectiva de forma intensa y firme

"LA PROTECCIÓN DE LA SALUD EN LOS LUGARES DE TRABAJO DEBE SER HOY EN DÍA UNA PRIORIDAD ABSOLUTA", SOSTUVO. INDICÓ QUE LA PANDEMIA ORIENTÓ LA ACTIVIDAD INSPECTIVA LABORAL HACIA VELAR POR EL CUMPLIMIENTO DE LAS MEDIDAS PARA EVITAR LA PROPAGACIÓN DEL VIRUS

El Ministro de Trabajo y Seguridad Social, Pablo Mieres, participó de un evento virtual organizado por la Organización Internacional del Trabajo (OIT), con motivo de la conmemoración del Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo celebrado el pasado 28 de abril. Allí se abordaron los desafíos que plantea la pandemia por COVID-19 a la seguridad y la salud en el ámbito laboral.

Mieres señaló que "la protección de la salud en los lugares de trabajo debe ser hoy en día una prioridad absoluta en nuestras sociedades", y se refirió a la actividad inspectiva de nuestro país: "Tradicionalmente, la tarea de supervisión e inspección sobre las condiciones laborales se centraba en el control de los riesgos más comunes. Sin embargo, desde el 13 de marzo del año pasado, cuando se decreta la emergencia sanitaria en nuestro país, la actividad inspectiva a nivel laboral



PABLO MIERES: "DURANTE 2020 SE HICIERON MÁS DEL DOBLE DE INSPECCIONES RESPECTO A 2019"

## NO SE DESCUIDÓ EL CONTRALOR DE OTRAS ÁREAS DE LA ACTIVIDAD LABORAL

ha estado centralmente dirigida a controlar el cumplimiento de las medidas preventivas acordadas en los lugares de trabajo para evitar la propagación del COVID-19".

El jerarca agregó que "esto no significa que se haya descuidado el contralor del cumplimiento de otras áreas de la actividad laboral tales como las condiciones generales de trabajo o la investigación sobre los accidentes", y destacó que la "inspección ha tenido una actividad sensiblemente más intensa que durante el año previo a la pandemia. Se realizaron más del doble de informes de inspección que en el año 2019. Se inspeccionaron un total de empresas que involucró un 86 % más de trabajadores que en 2019. Se efectuaron un número de observaciones por incumplimientos que superó el 88 % de las revisadas en el año anterior y también se incrementaron las clausuras preventivas".

Afirmó que "el control de las condiciones de trabajo se incrementó notoriamente a pesar de las difíciles condiciones de accionar debido a la pandemia y los riesgos sanitarios que estas generaron en

Desde el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS) se destacó que el 13 de marzo de 2020, el mismo día que se decretó la emergencia sanitaria por la pandemia, el MTSS convocó al Consejo Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (CONASSAT) y se estableció el primer Protocolo Nacional para preservar la salud y seguridad de los trabajadores. Tres días después, los trabajadores, los empresarios y el gobierno comenzaron a acordar de forma tripartita protocolos de trabajo en cada uno de los sectores de actividad.

Entre marzo y diciembre de 2020 la División de Comisiones Ambien-

tales de Trabajo (CAT) del MTSS realizó 9347 actuaciones en todo el país y labró 2314 actas de hecho. Estas cifras representan un aumento del 88% de las actuaciones inspectivas de CAT abarcando a un 86% más de trabajadores y visitando más del doble de empresas con respecto a 2019 marzo/diciembre. Se señala que las clausuras preventivas crecieron 33%.

En la División Condiciones Generales de Trabajo se realizaron 1157 denuncias, 2044 actuaciones inspectivas y se emitieron 8751 informes técnicos incrementando las inspecciones 55% con respecto a 2019.

Por su parte desde el 13 de noviembre de 2020, se lleva a cabo el

Programa Trabajo Responsables de Fiscalización del cumplimiento del protocolo de prevención del Covid 19 en el ámbito laboral. Hasta el momento se realizaron 3140 inspecciones preventivas en el marco de este operativo. De 2284 inspecciones realizadas hubo 1273 observaciones por incumplimiento y 1011 inspecciones sin observaciones.

En todo el período del Operativo Trabajo Responsable se efectuaron 23 clausuras preventivas totales relacionadas específicamente a Covid 19.

Se realizaron también 856 controles inspectivos registrándose un cumplimiento del 90

## FISCALIZACIÓN: PROGRAMA TRABAJO RESPONSABLE

"Esto no significa que en determinadas circunstancias no podría volverse obligatoria, pero en cualquier caso eso requeriría una normativa específica y ahí la palabra la tiene antes que nada el Ministerio de Salud Pública", concluyó.

### Seguridad y Salud: Mensaje del Ministro

Pablo Mieres: "Al conmemorarse el Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo, obviamente y por razones evidentes, adquiere especial significación este año. Desde el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, ratificamos nuestro más firme compromiso en la tarea que tenemos asignada de atender y controlar el funcionamiento de los distintos lugares de trabajo para que sean una garantía

la actividad de los inspectores" e hizo referencia al "Operativo Trabajo Responsable", que "impulsó" el Ministerio de Trabajo, "dirigido a aumentar el control de las condiciones de salud en los lugares de trabajo".

Señaló que "la emergencia sanitaria trastocó todo lo planificado y nos obligó a funcionar de manera intensa resolviendo asuntos sobre los que no había antecedentes y debíamos dar la mejor respuesta posible".

Por su parte, el Ministro de Trabajo y Seguridad Social puso énfasis en el hecho de que se pudo mantener en funcionamiento el sistema y los procesos inspectivos durante todo el año de pandemia para garantizar a los uruguayos que se contemplan las normativas laborales en los diferentes lugares de trabajo, "a pesar de

haber atravesado una pandemia que desmontó esta actividad en numerosos países de la región". Y agregó: "esa situación que pudimos generar en Uruguay es motivo de un sano orgullo". Y añadió que "no era un desafío menor construir las condiciones para mantener la tarea inspectiva de manera intensa y firme, para, a su vez, ayudar al conjunto de los trabajadores a tener las garantías sobre las condiciones de trabajo y también a los empleadores para acompañarlos en un proceso complejo".

Respecto a la vacunación en el ámbito del trabajo, el Ministro señaló que "es un tema que está en debate en el mundo, pero que no tiene todavía conclusiones".

"Cuando uno estudia qué está pasando en los distintos países, en general, se ha optado por la voluntariedad", añadió.

## COVID-19

### Principales incumplimientos

Un informe del MTSS señala las principales observaciones que se han realizado durante las inspecciones en referencia específicamente a las recomendaciones por Covid-19:

- Falta de protocolos específicos para el sector y por ende de capacitación con respecto a los mismos.
- Ausencia de cartelería sobre medidas básicas de higiene y de obligatoriedad del uso de tapabocas.
- Falta de distancia de seguridad cajero-cliente.
- Falta de barreras físicas/mamparas para puestos de cajas registradoras.
- Falta de indicación de aforos al ingreso.

para los trabajadores y para el público en general que asiste a ellos.

En ese sentido, la Inspección General de Trabajo ha mantenido durante todo este tiempo una tarea permanente de controlar, demostrando incluso a la hora de las estadísticas que las Inspecciones de trabajo durante 2020 pese a la pandemia, fueron en un número mayor con respecto a años anteriores.

Asimismo, necesitamos y solicitamos la colaboración de todos. Es fundamental que las conductas que fueron definidas en el protocolo establecido por el Consejo Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, especialmente las de marzo del año pasado, las que tienen que ver con el uso de tapabocas, distanciamiento, disposición de implementos de higiene como el alcohol en gel, son fundamentales para atacar esta pandemia. Es por eso que reiteramos el pedido del apoyo de todos ustedes para volver cuanto antes a la normalidad por el bien de todos los trabajadores y de todas las empresas de nuestro país".

El Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo es un evento que se celebra todos los años desde el 2003 a instancia de la Organización Internacional del Trabajo (OIT). El objetivo del Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo es la prevención de los accidentes laborales y de las enfermedades profesionales. Se trata de mostrar al mundo la magnitud del problema y hacer ver que una cultura de la seguridad y salud en el trabajo puede ayudar a reducir considerablemente el número de muertes y lesiones en el trabajo. La pandemia ha puesto la temática más visible en Uruguay y en el mundo.





Nos anticipamos a la acción para lograr  
un lugar de trabajo saludable que  
garantice la productividad

Para CASMU EMPRESA, la prevención es lo primero:

- ❖ Medicina Laboral
- ❖ Seguridad Laboral
- ❖ Mapas de Riesgos y Mediciones de Contaminantes
- ❖ Programas Saludables en Empresas
- ❖ Medicina Preventiva en Empresas
- ❖ Carné de Salud y Aptitud para el Deporte
- ❖ Consultas con Especialistas Casmu
- ❖ Telemedicina y Asesoramiento Médico Laboral
- ❖ Derecho Laboral
- ❖ Prevención Covid-19: Protocolos de Actuación  
Monitoreo Biológico y Ambiental de Sarscov2.
- ❖ Promoción de Salud



Por más información:

Tel.: 099 994 643 / 099 912 914

Correo: [casmuempresa@casmu.com](mailto:casmuempresa@casmu.com)

[www.casmuempresa.com.uy](http://www.casmuempresa.com.uy)

Abreu 2393 esq. Mateo Vidal  
Montevideo - Uruguay





El MTSS lanzó una completa guía

# Se debe valorar la adecuación del lugar de trabajo del teletrabajador

LLEVAR EL TRABAJO A CASA O TELETRABAJAR ES ALGO MÁS QUE ENCENDER UN DISPOSITIVO ELECTRÓNICO. EL EQUIPO TÉCNICO, EL EQUIPAMIENTO, EL ESPACIO PARA TRABAJAR Y LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO Y HÁBITOS SE DEBEN TOMAR EN CUENTA PARA NO AFECTAR LA SALUD DEL TRABAJADOR

El Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS) a través de la Inspección General de Trabajo y la Seguridad Social (IGTSS), elaboró una ficha técnica con algunas recomendaciones para llevar a cabo el teletrabajo. Las orientaciones brindadas no tienen carácter obligatorio para empleadores ni trabajadores, y constituyen un aporte para poder realizar el teletrabajo de forma adecuada y saludable.

El objetivo de la Ficha Técnica de Prevención es dotar de una herramienta que permita valorar la adecuación del puesto de trabajo a quienes realizan teletrabajo.

Debido a la pandemia mundial del coronavirus, muchos países han tomado medidas para frenar la propagación del Sars-CoV-2 que conllevan severas restricciones para la vida pública.

Para proteger al conjunto de la sociedad, el trabajo y el ocio deben tener lugar, siempre que sea posible, dentro de casa.



TELETRABAJO: EL MTSS LANZÓ GUÍA PARA UN TRABAJO SALUDABLE

diciones ambientales, condiciones ergonómicas y psicosociales.

- La planificación de medidas a implantar para eliminar y reducir dichos riesgos.
- La formación necesaria para el trabajador en esta materia.
- La revisión periódica de estas condiciones de trabajo con el objeto de determinar en cada momento la valoración de los riesgos y la necesidad de implantar nuevas medidas.
- La vigilancia de la salud específica del teletrabajador.

## Desarrollo de la normativa

En el decreto 406/88 se establecen las condiciones mínimas que hacen al ambiente de trabajo, las condiciones que deben reunir las instalaciones e infraestructura edilicia.

En el decreto 147/12, las condiciones ergonómicas que debe reunir el puesto de trabajo así como el software, condiciones de bienestar

## TIEMPO DE DESCANSO: EL TRABAJADOR TIENE DERECHO A DESCONECTARSE

En nuestro país permanecieron en funcionamiento los servicios básicos públicos y se promovió en el ámbito privado a los empleados a trabajar a distancia, en aquellas empresas donde fuera posible.

Llevar el trabajo a casa o teletrabajar es algo más que encender una PC, laptops, notebooks o tablets y ponerse a trabajar. El equipo técnico, el equipamiento, el espacio para trabajar y la organización del trabajo, se deben tomar en cuenta, así como hábitos que pueden diferir de los propios del trabajo en la oficina y que pueden afectar la salud de los trabajadores.

Con esta ficha técnica se pretende dotar de una herramienta que permita valorar la adecuación del puesto de trabajo del teletrabajador.

Cuando se diseña el lugar de trabajo, es esencial pensar en la salud. La ergonomía en el puesto de trabajo no debe descuidarse, tampoco cuando se trabaja desde casa: por ejemplo, la mesa y la silla deben ajustarse individualmente al usuario porque, de lo contrario, los problemas de postura, el dolor de espalda o los dolores de cabeza

Dentro de las posturas incorrectas ante la pantalla tenemos como las más frecuentes:

- Inclínese excesiva de la cabeza, inclinación del tronco hacia adelante, rotación lateral de la cabeza, flexión de la mano, desviación lateral de la mano y fémures inclinados hacia abajo.
- Se ha hallado que la fatiga muscular en la nuca se incrementa considerablemente a partir de una inclinación de la cabeza de más de 30°. (Es bastante frecuente

que los operadores adopten ángulos entre los 50 y 60°).

- La posición del tronco es de vital importancia. Un busto inclinado hacia adelante, sin que exista apoyo en el respaldo ni de los antebrazos en la mesa, origina una importante presión intervertebral en la zona lumbar, que podría ser causa de un proceso degenerativo de la columna en esa zona.
- Una rotación lateral (giro) de la cabeza de más de 20° se relaciona con una mayor limitación de la movilidad de la cabeza y con dolores de nuca y hombros.

- La flexión excesiva de la mano respecto al eje del antebrazo, tanto en el plano vertical como horizontal, puede originar trastornos en los antebrazos. Se ha hallado una mayor incidencia de éstos con valores superiores a los 20°, para la flexión o la desviación lateral (abducción ulnar).

- La inclinación del fémur hacia abajo puede causar una mayor presión de la silla sobre la cara posterior del muslo, originando una mala circulación sanguínea en las piernas.

pueden ser consecuencias a corto o largo plazo.

La ficha técnica es de fácil acceso y se encuentra disponible en la web del MTSS.

## Ámbito de aplicación

Las recomendaciones recogidas en esta guía son de aplicación en todas las actividades donde se realicen tareas de teletrabajo o trabajo a distancia.

También puede ser utilizada por los profesionales que trabajan por cuenta propia y no tienen oficina, sino que utilizan un área o una habitación de su propia vivienda para su actividad profesional.

## Obligaciones del empleador

El teletrabajador debe tener el mismo nivel de protección que cualquier otro trabajador presen-

# 147/12

Decreto con las condiciones ergonómicas en el puesto de trabajo así como el software

cial de la empresa, conforme a la legislación vigente.

Según el artículo 7 del Convenio 177 de la OIT (sin ratificar por Uruguay): "La legislación nacional en materia de seguridad y salud en el trabajo deberá aplicarse al trabajo a domicilio teniendo en cuenta las características propias de éste y deberá determinar las condiciones en que, por razones de seguridad y salud, ciertos tipos de trabajo y la utilización de determinadas sustancias podrán prohibirse en el trabajo a domicilio".

Todo trabajador tendrá derecho a desconectarse. Entiéndase como "derecho a desconectarse" el pleno ejercicio del derecho de todo trabajador a la desconexión de los dispositivos digitales y del uso de las tecnologías, a fin de garantizar su tiempo de descanso.

Para esto el empleador debe aplicar las medidas de prevención tendiente a evitar accidentes de trabajo y enfermedades contraídas a consecuencia

o en ocasión del trabajo. A tal fin, en el marco de sus responsabilidades, desarrollará una acción permanente con el fin de mejorar los niveles de seguridad y salud lo cual supone la realización de:

- El análisis sistemático de las condiciones de trabajo para identificar posibles riesgos y formas de eliminarlos o reducirlos. En particular en lo referente a equipos y lugares de trabajo, entorno, con-

## INCLINACIÓN DE LA CABEZA EN MÁS DE 30° GENERA DOLORES EN LA NUCA

e higiene y procedimientos para disminuir la carga física, mental y psíquica. Si bien este decreto es de aplicación obligatoria para los centros de atención telefónica, es un buen marco de referencia para trabajos de oficina con uso de PC.

Lo importante que es contar con un auténtico espacio de trabajo, un lugar especialmente reservado para cumplir con las obligaciones laborales y totalmente preparado para desempeñar las tareas con la misma eficacia que desde la oficina.

Esto tiene varias ventajas. Por un lado, al montar una oficina en casa se consiguen beneficios psicológicos. Pero es común que cuando se trabaja desde la casa, se corra el riesgo de mezclar el trabajo y el ocio de manera poco saludable.

Reservando un área física y temporal para el trabajo, se puede lograr el equilibrio necesario. Por el otro lado, crear un espacio de trabajo también presenta la ventaja práctica, de tener todo lo necesario para el trabajo justo donde se necesita y no repartido en diversos lugares de la casa.

Trabajo adolescente

# Listado de los trabajos peligrosos

LA ORIENTACIÓN ESTÁ EN LA WEB DEL MTSS. INSTA A LOS EMPLEADORES A VELAR POR EL DESARROLLO INTEGRAL DE ADOLESCENTES TRABAJADORES

**L**a elaboración del presente listado tiene como objetivo principal determinar los tipos de trabajo que, por su naturaleza o por las condiciones en que se lleva a cabo, es probable que dañe la salud, la seguridad o la moralidad de los y las adolescentes.

Se enmarca dentro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible impulsados a nivel mundial. La dimensión del trabajo decente, expresada en el ODS 8, incluye la meta 8.7, la cual llama a poner fin al trabajo infantil en todas sus formas.

En cumplimiento del art. 4 del Convenio Internacional de Trabajo N° 182 (Ley 17.298), tiene como objetivo principal determinar los tipos de trabajo que, por su naturaleza o por las condiciones en que se lleva a cabo, es probable que dañe la salud, la seguridad o la moralidad de los y las adolescentes constituyéndose como peores formas de trabajo infantil y por lo tanto estableciéndose la prohibición de los mismos.

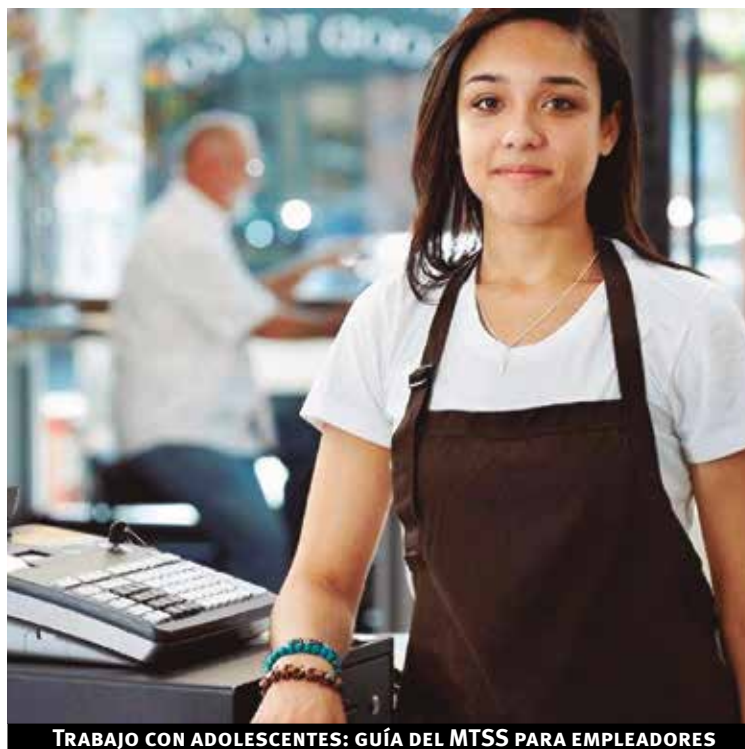
Entiende que en el caso que los/

as adolescentes trabajen, por la etapa vital en la que se encuentran, requieren medidas especiales de protección contra cualquier tipo de trabajo que sea nocivo para su salud o que no permita su adecuado desarrollo físico, psicológico, espiritual, moral o social o entorpezca su formación educativa.

Insta a los empleadores a velar por el desarrollo integral de los/las adolescentes trabajadores.

Reconoce en la Inspección Nacional del Trabajo Infantil y Adolescente de INAU y la Inspección General del Trabajo del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social las competencias para el control del trabajo de los y las adolescentes.

El Listado de Trabajos Riesgosos para Adolescentes se realizó en el marco del proyecto “Apoyo a la política pública dirigida a erradicar el trabajo infantil y el trabajo adolescente peligroso” llevado adelante por el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS) desde el Comité Nacional para la Erradicación del Trabajo Infantil (CETI) en convenio entre MTSS-AECID.



TRABAJO CON ADOLESCENTES: GUÍA DEL MTSS PARA EMPLEADORES

En ese sentido, se entiende por “Trabajo peligroso”: Toda actividad o forma de trabajo que pueden ser perjudiciales para el adecuado desarrollo físico, psicológico,

moral y social del adolescente o interfiere con su escolarización puesto que: -les priva de la posibilidad de asistir a clases; -les obliga a abandonar los espacios formativos

formales de forma prematura, o les exige combinar el estudio con un trabajo pesado y que insume mucho tiempo.

El listado que se encuentra disponible en la web del MTSS (Sección: Seguridad y Salud en el Trabajo) se constituye en una herramienta para los servicios de Prevención y Salud de las empresas en la evaluación y adecuación del puesto de trabajo al trabajador o trabajadora adolescente.

El MTSS destaca además con determinante la Capacitación y entrenamiento: Son elementos fundamentales para los/las adolescentes que trabajen la capacitación y entrenamiento permanente por parte de su empleador, tanto en la ejecución de las tareas propias del puesto de trabajo, como de los posibles riesgos que conlleva su realización. Es importante para generar entornos laborales seguros y protectores que se realicen actividades de adecuación y actualización de entrenamiento ante cualquier cambio en las tareas, forma de organización o contexto del puesto de trabajo.



**CÁMARA  
DE LA CONSTRUCCIÓN  
DEL URUGUAY**

## ESTAMOS COMPROMETIDOS CON LA VIDA

La construcción fue uno de los motores de la economía que nunca se detuvo.

El esfuerzo conjunto de autoridades, trabajadores y empresarios, que acordaron un nuevo protocolo de seguridad para modificar hábitos y prevenir contagios, permitió mantener la actividad del sector mientras el país trazaba su estrategia para luchar contra la pandemia del COVID-19.

Hoy el final está más cerca. Pero es preciso mantener los cuidados, seguir respetando los protocolos y agendarse para recibir la vacuna que permitirá al Uruguay y a los uruguayos empezar a salir de esta pesadilla.

**Con el trabajo, la seguridad y la salud de nuestra gente, estamos comprometidos.**



Ministro de Salud Pública Dr. Daniel Salinas

# “Priorizamos la seguridad y la salud”

PANDEMIA: DESTACÓ LOS APORTES DE LA DIVISIÓN DE SALUD AMBIENTAL Y OCUPACIONAL Y EN ESPECIAL, A SU DIRECTORA DRA. CARMEN CIGANDA

El pasado 28 de abril se celebró el Día Mundial de la Seguridad y la Salud en el Trabajo. Al respecto, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) lanzó la proclama “Anticiparse a las crisis, prepararse y responder”.

Para dar respuesta a la emergencia sanitaria que atraviesa el mundo y a partir de dicha proclama, se enfatizó sobre Invertir hoy en sistemas resilientes de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Uno de los muchos temas relevantes que tuvieron mayor visibilidad por la pandemia de Covid-19 es la seguridad y salud en el trabajo. Por la preponderancia que tendría este tema al momento de la búsqueda de formas de mitigar los contagios, en el Ministerio de Salud Pública (MSP) se priorizó desde el principio esta área de trabajo y, en coordinación con el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS), se establecieron diferentes protocolos de cuidado los cuáles se mantienen en plena vigencia y se revisan a menudo para lograr mejores condiciones de seguridad sanitaria para los trabajadores y la población en general.

Para el análisis de numerosos y variados protocolos realizados en distintos organismos, áreas e instituciones, se creó, en el seno de la Dirección General de Salud del MSP, un equipo de asesores que evalúa, aprueba o desestima, el uso y puesta en práctica de estos protocolos con la anuencia de la Oficina de Planeamiento y Presupuesto y Presidencia de la República.

En el MSP, a través de la División de Salud Ambiental y Ocu-



"EL COVID PUSO DE MANIFIESTO QUE GOBIERNO, TRABAJADORES Y EMPRESAS DEBEN TRABAJAR JUNTOS"

pacional, se cuenta con un equipo inspectivo para verificar, asesorar y dar cumplimiento a las normativas vigentes sobre seguridad y salud laboral. A su vez, desde el Departamento de Salud Laboral se evalúan todas y cada una de las actividades monitoreadas y visitadas estableciendo diagnósticos para corregir o mejorar condiciones.

El “Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo” forma parte integral de una estrategia global de la Organización Internacional de Trabajo (OIT) en esta materia. Es una oportunidad para sensibilizar a la opinión pública sobre cómo hacer que el trabajo sea seguro y saludable y sobre la importancia de crear sistemas resilientes de seguridad y salud.

En este contexto de pandemia, adecuadas medidas de seguridad y salud ayudan a contener la

propagación de la enfermedad, al tiempo que protegen a los trabajadores y a la sociedad en general. Por eso, gobiernos, empleadores y trabajadores tienen un papel fundamental que desempeñar en la lucha contra la crisis de la covid-19 y su colaboración es vital.

En ese contexto, el Ministro de Salud Pública del Uruguay Dr. Daniel Salinas, destacó lo siguiente: “el Ministerio de Salud Pública (MSP) ha priorizado desde el inicio de la pandemia la seguridad y la salud en el trabajo. Es así que ha establecido diferentes tipos de protocolos en actividades tales como frigoríficos, trabajadores de la salud, construcción, transporte público y comercial, y a su vez, protocolos específicos para darle continuidad a la actividad educativa en los distintos niveles. Del mismo modo en el comercio, res-

toranes, clubes deportivos y para la práctica del deporte profesional y amateur. El objetivo es dar pautas para la continuidad de la actividad económica y al mismo tiempo, desarrollar de una forma segura las actividades sociales, deportivas y culturales. En el MSP la División de Salud Ambiental y Ocupacional ha jugado un rol fundamental y en especial con la Directora de esa División la Dra. Carmen Ciganda. Muy agradecidos con ella por todos los aportes que ha realizado a todos los actores.

El Covid ha puesto de manifiesto que los gobiernos deben trabajar en conjunto con los trabajadores y las empresas para lograr objetivos sanitarios en común y que el diálogo y la colaboración permanente son herramientas fundamentales para lograr el éxito.

El Ministerio de Salud Pública

integra el Consejo Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (Conassat) y se destacó la intensa labor desarrollada por sus técnicos en ese organismo respecto a los protocolos de prevención, control y actuación que allí se desarrollaron a partir de la aparición de la pandemia y la instalación de la emergencia sanitaria en el Uruguay.

La Constitución Nacional, reconoce a quien se hallare en una relación de trabajo o servicio, como obrero o empleado su higiene física y moral.

## EMPLEADOR DEBE PROVEER MEDIDAS DE BIENESTAR, SEGURIDAD E HIGIENE

La Ley 5032, de 21 de Julio de 1914, obliga a todo empleador a tomar las medidas de seguridad para su personal. Dicha norma ha sido reglamentada por sucesivos Decretos del Poder Ejecutivo tomando en consideración las particularidades de cada sector ya sea industrial o comercial o de servicios, así como los riesgos específicos al que se encuentran sujetos los trabajadores.

En el marco de la reglamentación, el empleador es responsable de proveer las medidas de bienestar, seguridad e higiene para que el ejercicio de la actividad laboral se disponga sin riesgo para la salud del trabajador.

Dr. Henry Cohen (GACH)

## “Mantener y estimular medidas no farmacológicas”

El Profesor y Doctor Henry Cohen, Coordinador del Área de Salud del Grupo Asesor Científico Honorario (GACH), en referencia a la Seguridad y Salud en el trabajo, no pudo eludir hacer referencia al Covid-19 y enfatizó lo siguiente: “hoy estamos enfrentados a un verdadero reto para la salud y la seguridad en el trabajo.

La pandemia Covid 19 ha expuesto a los trabajadores y a las personas en el mundo del trabajo al riesgo de infección por el modo Coronavirus. Algunos lugares como el ámbito de la salud o el de la atención social, el trabajador pasa muchas horas en contactos con sus compañeros y debe considerar y promover la aplicación de medidas estrictas



"HOY ESTAMOS ENFRENTADOS A UN VERDADERO RETO"

para mantener el distanciamiento físico en espacios interiores y de poca ventilación. Por eso es de suma importancia para crear sistemas nacionales de Salud y Seguridad en el Trabajo (SST) resilientes que sean capaces de responder a amenazas imprevistas y hacer frente a nuevos riesgos al tiempo que se sigue protegiendo a los trabajadores y se garantiza la continuidad en la actividad económica.

La OIT este año de pandemia focaliza la importancia de fortalecer las políticas de SST. En ese sentido, es esencial la cooperación entre trabajadores y empleadores. Por todos ellos el Gach –que tengo el honor de integrar– ha instrumentado y estimulado desde sus comienzos algunas medidas que actualmente adquieren aun mayor

importancia. Son las llamadas medidas no farmacológicas que son el distanciamiento físico sostenido de 2 metros, el uso de la máscara facial, lavado frecuente de manos, ventilación de espacios cerrados, evitar aglomeraciones y algo muy importante que por suerte en Uruguay lo podemos hacer que es el uso responsable de los espacios públicos.

En este periodo en el cual los uruguayos estamos recibiendo las vacunas y de paso creemos muy importante, tanto como lo anterior, estimular a todos los uruguayos y a todos los trabajadores a vacunarse, no abandonar estas medidas No-Farmacológicas; sino por el contrario, estimularlas y mantenerlas



Seguridad y Salud Laboral - Lic. Carmen Bueno (OIT Cono Sur)

# “Invertir hoy en SST resilientes”

“APROVECHAR ENSEÑANZAS EXTRAÍDAS DE ESTA PANDEMIA PARA FORTALECER SISTEMAS NACIONALES DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO”

Dentro de las enseñanzas que nos deja la pandemia, queda en evidencia la necesidad de que los países cuenten con sistemas nacionales de seguridad y salud en el trabajo fuertes y resilientes que permitan hacer frente no sólo a esta crisis, sino también a aquellas que se presenten en el futuro.

La pandemia de COVID-19 ha llevado a gobiernos, empleadores, trabajadores a enfrentarse a retos sin precedentes en el mundo del trabajo. Los lugares de trabajo se han convertido en un escenario fundamental en la lucha contra la pandemia, especialmente en el ámbito sanitario, de servicios de emergencia y de actividades esenciales, entre otros. De acuerdo con la OMS, 570.000 personas trabajadoras del sector salud han sufrido el contagio de la enfermedad en la región de las Américas, donde han fallecido 2.500 de ellos.

Es en este contexto que, en el marco del recientemente celebrado Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), la

OIT hizo un llamado a impulsar las estrategias que fortalecen los sistemas nacionales de seguridad y salud en el trabajo (SST) con el fin de desarrollar resiliencia para hacer frente a las crisis, hoy y en el futuro, aprovechando las experiencias y las enseñanzas extraídas de esta pandemia.

Para tal efecto, será necesario invertir en recursos e infraestructuras de SST, tanto a nivel nacional como a nivel de empresa, e integrarlas en planes generales de preparación y respuesta frente a las crisis, con objeto de velar por la salud de los trabajadores y facilitar la continuidad de la actividad empresarial.

Junto a un marco normativo adecuado de la SST, será necesario contar con un sistema de inspección del trabajo eficaz que garantice el cumplimiento del mismo en el ámbito nacional.

Ello, junto a una sólida institucionalidad, que incluya instancias tripartitas de diálogo social, mecanismos eficientes de recopilación de datos sobre SST, servicios de salud en el trabajo y



BUENO: “ROL CLAVE QUE CUMPLEN LAS NORMAS INTERNACIONALES”

el establecimiento de sistemas de gestión de SST en las empresas, serán, entre otros, elementos esenciales de los sistemas nacionales de SST que permitirán dar una respuesta oportuna y eficaz a las crisis y emergencias.

Otra enseñanza que nos deja

la pandemia es el rol clave que cumplen las normas internacionales del trabajo en materia de SST. Ellas proporcionan directrices sobre la forma de afrontar los retos que presenta una situación como la actual, incluyendo no solo las medidas preventivas frente al

virus sino también las necesarias para evitar otros riesgos asociados a la pandemia, como los ergonómicos, los químicos y los psicosociales. A través de estas normas, trabajadores, empleadores y gobiernos podrán fomentar el trabajo seguro y saludable como un componente esencial del trabajo decente, al tiempo que se adaptan a los efectos de la pandemia en el plano socioeconómico.

En la medida en que los actores sociales puedan encontrar fórmulas consensuadas que, de acuerdo con los lineamientos nacionales e internacionales respondan a las exigencias del cuidado de la salud, se estará facilitando la reactivación productiva y la recuperación económica a la vez que se garantiza la salud de las personas.

Por eso, animamos a los actores tripartitos del mundo del trabajo a “Invertir hoy en Sistemas resilientes de Seguridad y Salud en el Trabajo”.

(Lic. Carmen Bueno, Especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo, OIT Cono Sur)



## 16 AÑOS EN URUGUAY PRIORIZANDO LA SEGURIDAD

### ANDRITZ URUGUAY SA

Administrative Office Montevideo; WTC Free Zone, Dr. Luis Bonavita 1294, Office 610  
UPM Site, Fray Bentos; Route Vladimir Roslik Km 307 / CP: 65000  
MdP Site; Conchillas - Colonia; Punta Pereira Free Zone, Route 55 Km 12 / CP: 70000

# ANDRITZ



Ámbitos de trabajo “naturales”

# Con la Biofilia, empleados felices y saludables que mejoran la renta

LA MAYORÍA DE LAS PERSONAS PASAN EL 80-90% DE SU TIEMPO EN INTERIORES, MOVIÉNDOSE ENTRE SUS CASAS Y SUS LUGARES DE TRABAJO. LA INTEGRACIÓN DE ELEMENTOS NATURALES Y SOSTENIBLES TIENE UN RETORNO REAL PARA LA COMPAÑÍA Y PARA LA SALUD DE LOS EMPLEADOS

**S**i una persona imaginara un entorno completamente relajado, lo más probable es que la primera imagen que se le venga a la mente es un lugar rodeado de naturaleza, algo cercano a un bosque, las montañas, el mar o un prado. Difícilmente imaginará una oficina o un centro comercial como una fuente de confort y relajación. Aún así, la mayoría de las personas pasan casi el 80-90% de su tiempo en interiores, moviéndose entre sus casas y sus lugares de trabajo.

Por esta razón, los arquitectos y diseñadores están recurriendo cada vez más a la Biofilia como una fuente de inspiración que promueve el bienestar, la salud y el confort emocional. Esta nueva tendencia encuentra un gran espacio de desarrollo en los ámbitos laborales.

Invertir en la calidad de los espacios de trabajo y en el consecuente bienestar de los empleados a través de la integración de elementos naturales y sostenibles

## LA MADERA RELAJA SISTEMA NERVIOSO DISMINUYENDO EL ESTRÉS

tiene un retorno real para la compañía y en especial, para la salud de los empleados.

La tendencia se va imponiendo en el mundo respaldada además por estadísticas bien convincentes.

Así lo demuestra el estudio Human Spaces de Interface, en el cual han participado 7600 trabajadores de 16 países. Este informe, dirigido por el Profesor Sir Cary Cooper de la Organisational Psychologist, forma parte del estudio del impacto global de la Biofilia en el lugar de trabajo desarrollado por la empresa Interface.

El estudio Human Spaces, centrado en la importancia de la Biofilia en las oficinas, desvela los impactos positivos y los beneficios que conllevan la presencia y la simulación de elementos naturales en los espacios de trabajo. Los datos son reveladores y establecen una relación directa entre la presencia de la naturaleza y generar satisfacción y bienestar sobre los empleados. Cabe destacar que esta incidencia positiva se manifiesta en múltiples campos, entre ellos, el bienestar general, la productividad o la creatividad.



TENDENCIA: BIOFILIA GENERA UN PASO MÁS ALLÁ EN LOS ÁMBITOS LABORALES

## CUANTO MENOS PAREZCA UNA OFICINA, TANTO MEJOR

Desde las primeras civilizaciones, la naturaleza ha servido a la humanidad como habitat natural, entregando refugio, comida y medicinas. Rápidamente, en los tiempos modernos, la revolución industrial y la tecnológica se apoderaron del panorama, reestructurando el modo en que los humanos interactúan con la naturaleza.

El término Biofilia se traduce como “el amor a las cosas vivientes” en el griego antiguo (philia = amor a / inclinación a). Aunque el término parece relativamente nuevo, se está convirtiendo en una tendencia gradual en los campos de la

arquitectura y el diseño de interiores, la Biofilia fue utilizada por primera vez por el psicólogo Erich Fromm en 1964, para luego ser popularizada en los 80's por el biólogo Edward O. Wilson, al detectar cómo la urbanización empezaba a promover una fuerte desconexión con la naturaleza.

El principio principal detrás de la Biofilia es bastante simple: conectar a los humanos con la naturaleza para mejorar el bienestar. ¿Cómo pueden los arquitectos lograr esta conexión? Al integrar la naturaleza en sus diseños.

La estrategia principal es incorporar las características del mundo na-

tural en los espacios construidos, como agua, vegetación, luz natural, y elementos como la madera y la piedra, especialmente con sus vetas expuestas. El uso de siluetas y formas botánicas en lugar de líneas rectas es una característica fundamental en los diseños biofílicos, además de establecer relaciones visuales, por ejemplo, entre la luz y la sombra.

En ámbitos laborales, la Biofilia es contundente: cuanto menos parezca una oficina, mejores serán los resultados de las labores desarrolladas en un espacio.

consecuente pérdida de la conexión con los espacios naturales”. Y añade, “El efecto producido por la imagen de la naturaleza es de por sí apaciguador.

Tras años de investigación hemos podido comprobar que la influencia de los elementos biofílicos en el espacio de trabajo es muy psicológica, incluso diversos estudios han demostrado que la sensación de confort de los empleados generada por las plantas naturales y las artificiales son prácticamente idénticas”.

### La fórmula del éxito

Del mismo modo, la sostenibilidad y la creación de edificios eficientes y respetuosos con el entorno se configuran también como un elemento básico a tener en cuenta para el diseño de nuevas oficinas ya que, a su vez, estos valores mejoran el bienestar y la percepción de los trabajadores.

En el contexto socio-económico actual, con largas jornadas de trabajo, la aparición de nuevas tecnologías que revolucionan el modo de trabajar y relacionarse, una economía muy competitiva y grandes desafíos medioambientales, las formas tradicionales se han quedado obsoletas.

Así pues, invertir en la calidad de los espacios de trabajo, así como en la salud y el bienestar de los empleados, y siempre con el cuidado del medioambiente como pilar fundamental, se postula como la fórmula del éxito para las empresas.

El impacto tan positivo que el diseño biofílico ha demostrado reportar a trabajadores y empresarios avala este nuevo planteamiento.

En este sentido, los trabajadores que desarrollan sus funciones en espacios agradables, eficientes y sostenibles y que están rodeados de elementos naturales presentan un 15% más de bienestar, son un 6% más productivos y un 15% más creativos.

### España como ejemplo

En un país como España, con una de las jornadas más largas de toda Europa y una media de 1665 horas al año trabajadas (antes de la pandemia), el diseño de los espacios de trabajo juega, por tanto, un papel fundamental en el bienestar y la salud de los empleados. Así lo afirma un 22% de los encuestados, que otorga gran importancia al ambiente físico y al diseño de su oficina a la hora de aceptar un empleo y de sentirse a gusto en su día a día. Sin embargo, la realidad de las oficinas no siempre es la ideal, puesto que un 36% de los

empleados españoles encuestados explica no disponer de luz natural en su ambiente laboral. La presencia de plantas en las oficinas es todavía menor, con un 58% de los encuestados que reconocen no disponer de vegetación natural a su alrededor.

### Conexión con la naturaleza

El análisis llevado a cabo también demuestra que la percepción del bienestar puede aumentar un 15% cuando las personas trabajan en entornos que incorporan elementos naturales, puesto que esto establece una conexión directa con la naturaleza. El estudio demuestra también la gran importancia que los trabajadores adscriben al entorno para la búsqueda del confort, con la luz natural en primera posición (59%), seguida de la tranquilidad (19%), las vistas al mar (18%), un jardín exterior (15%) y los colores neutros (14%).

En Norte América y el resto de Europa la tendencia Biofílica y el wellbeing están revolucionando el diseño de los espacios de trabajo por el gran abanico de oportunidades y beneficios demostrados. La implementación de este tipo de diseño está al alcance de todas las empresas y puede llevarse a cabo mediante la combinación de elementos tradicionales con nuevos.

### Naturaleza como efecto apaciguador

En este sentido, el Profesor Sir Cary Cooper, uno de los líderes y expertos mundiales en las materias de bienestar y estrés laboral, afirma “Además de permitir a las organizaciones establecer vínculos entre los espacios físicos y la productividad de sus trabajadores, el estudio Human Spaces ha arrojado luz sobre uno de los retos de la vida moderna: la capacidad de hacer frente a la urbanización y la



Seguridad y salud en el trabajo en la industria de la construcción

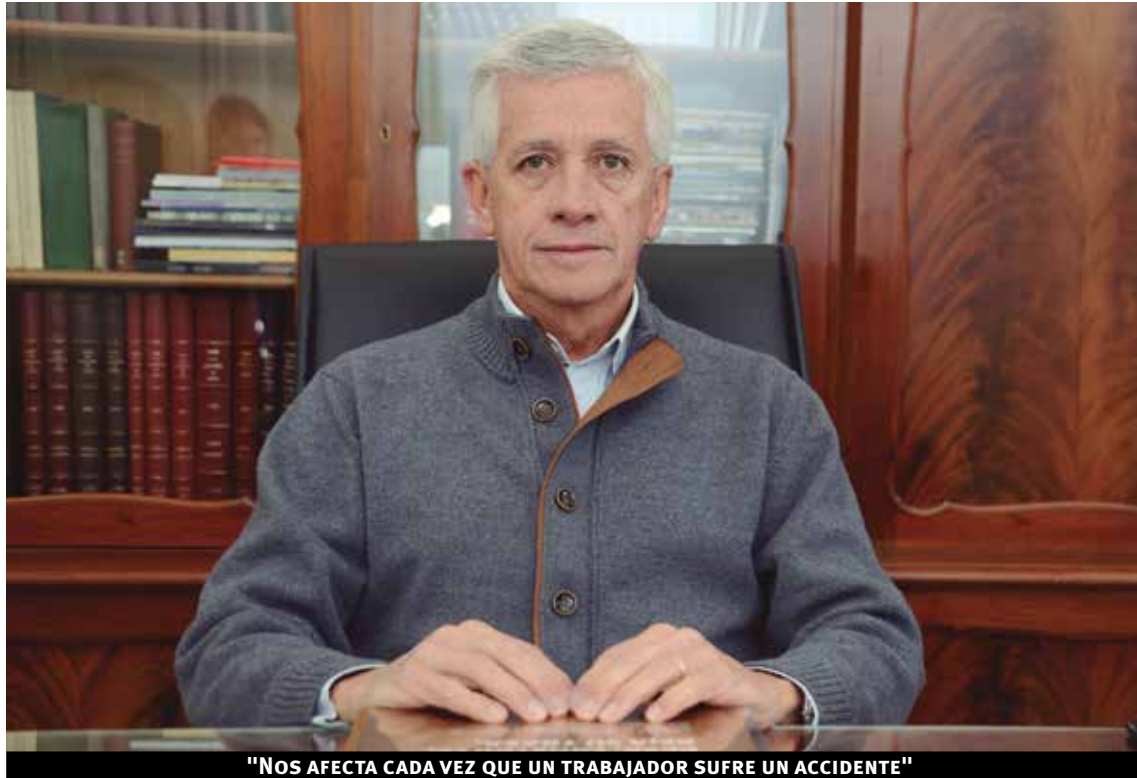
# Diego O' Neil: la mejora en los indicadores no es una casualidad

GESTIÓN: EL PRESIDENTE DE LA CÁMARA DE LA CONSTRUCCIÓN DESTACÓ QUE LA CANTIDAD DE ACCIDENTES, QUE EN 2014 TENÍA ERA DE 6.227, CAYÓ EN FORMA SIGNIFICATIVA EN 2019 A UN VALOR DE 3.495 (ÚLTIMO AÑO CON DATOS COMPLETOS). LA PROYECCIÓN PARA 2020 ES DEL ORDEN DE 3.200

En las últimas tres décadas, la atención a la temática de la seguridad en la construcción ha ido creciendo en forma ininterrumpida. A partir de la creación en las empresas de los Servicios de Seguridad en el Trabajo, que el decreto 89/95 convirtió en exigencia general con servicios que podían ser de carácter interno o externo, comenzó a desarrollarse un proceso continuo de mejora en lo que tiene que ver con la seguridad en las obras.

Desde un concepto que al principio se centraba en la seguridad a través de la prevención a una visión mucho más amplia e integradora de gestión, y ya no solo de la seguridad sino de gestión de la seguridad y salud en el trabajo, los avances han sido permanentes obteniendo resultados positivos en la reducción de la accidentabilidad y de los ambientes de trabajo.

En esta evolución ha habido un accionar destacado del tripartismo: el poder ejecutivo a través del



"NOS AFECTA CADA VEZ QUE UN TRABAJADOR SUFRE UN ACCIDENTE"

formación en la materia juega un rol fundamental, tanto a nivel de las empresas en forma individual como del Fondo de Capacitación (FOCAP) a nivel de la industria. En la siguiente gráfica se muestra la accidentabilidad en función de la antigüedad del trabajador, de la que se desprende que casi el 60% de los accidentes se dan en trabajadores con menos de un año de antigüedad, lo que confirma la importancia de la capacitación adquirida a lo largo del tiempo y de la permanencia en actividad en el sector.

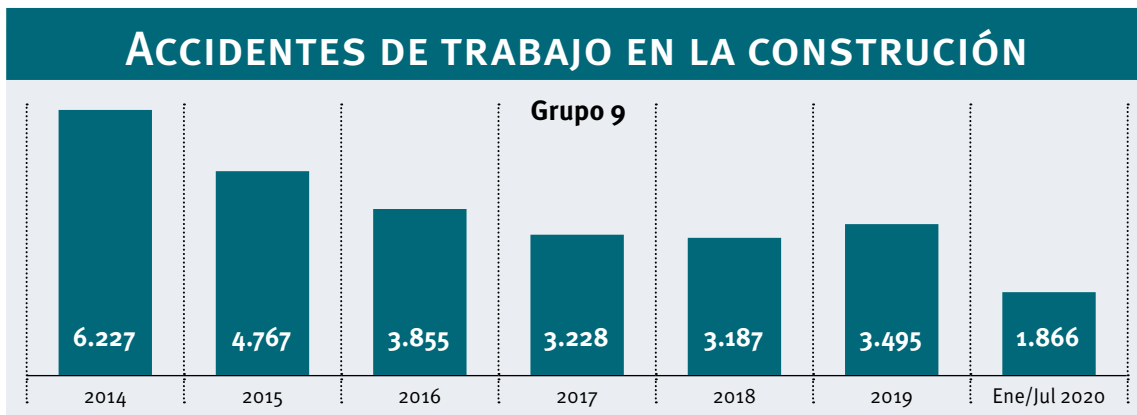
- La incorporación de maquinaria y equipo de última generación por parte de las empresas, aumentando la seguridad en las operaciones, reduciendo los riesgos, así como los esfuerzos físicos, contribuyendo a generar ambientes de trabajo seguros y saludables. La inversión de las empresas del sector en maquinaria y equipo en los últimos 10 años es mayor que la media de la economía

## SISTEMAS DE GESTIÓN DE SST: MAYORÍA CERTIFICADOS BAJO NORMAS ISO

MTSS y en particular de la Inspección General del Trabajo (IGTSS), el sector empresarial a través de las gremiales y los trabajadores representados por el sindicato, han tenido el ámbito de diálogo social sobre esta materia en la Comisión Tripartita de Seguridad e Higiene de la Construcción, de la que han surgido iniciativas y acuerdos que en muchas oportunidades se transformaron en normas de cumplimiento obligatorio para todo el sector.

Los empresarios de la construcción estamos comprometidos con garantizar la integridad física y salud de los trabajadores y realizar todas las acciones necesarias para la prevención y control de los riesgos laborales. Desde una óptica empresarial moderna, la seguridad y salud en el trabajo (SST) es uno de los pilares de la gestión de toda obra, como también lo son la calidad, el plazo y el costo de construcción. Entendemos a la gestión de SST como un valor agregado a la organización ligado directamente a una visión estratégica sustentable de la empresa.

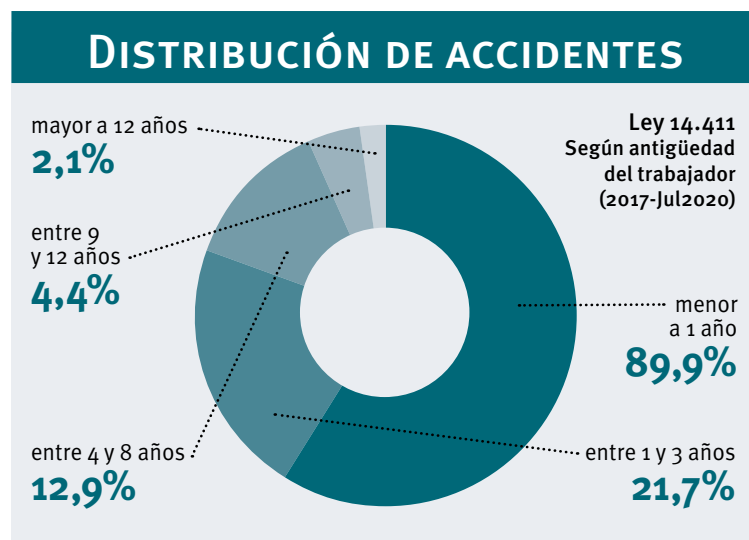
Desde 2014 en que el Banco de



Seguros del Estado lleva información estadística consistente, los indicadores de accidentabilidad en la construcción se han venido reduciendo. En la gráfica podemos ver la cantidad de accidentes por año, que en 2014 tenía un valor de 6.227, cae en forma significativa llegando en 2019 a un valor de 3.495 (último año que se cuenta con datos completos) y la proyección para el 2020 es de un valor del orden de 3.200

La mejora en los indicadores no es fruto de la casualidad sino de acciones concretas que se han venido tomando en la industria de la construcción entre las que se destacan:

- La implantación de sistemas de gestión de SST, que en la mayoría de los casos se certifican bajo normas ISO lo que los hace más robustos por las exigencias que las normas imponen, por las auditorías recurrentes y por la dinámica de permanente actualización. Una fortaleza de estos sistemas es que apuntan a que la gestión de SST se transforme en parte de



la cultura organizacional, camino seguro para la mejora continua del desempeño.

- La capacitación en SST como herramienta esencial para que cada persona de la industria sea corresponsable del cuidado de la seguridad y salud de todos. Los accidentes laborales se clasifican en función de sus causas por "condiciones", esto es cuando en

la causa del accidente se detectan condiciones de trabajo inseguras, o por "actos" es decir cuando en las causas del accidente no inciden las condiciones de trabajo, sino que el accidente se produce como consecuencia de que el trabajador realiza un acto inseguro. Para reducir la probabilidad de ocurrencia de accidentes por "condiciones" pero sobre todo por "actos", la

## CLAVE: INCORPORACIÓN DE MAQUINARIA Y EQUIPO DE ÚLTIMA GENERACIÓN

y se ha mantenido aún en períodos de caída de la actividad, como se observa en el siguiente gráfico.

La Cámara de la Construcción del Uruguay (CCU) que nuclea a las principales empresas del sector en sus diversas ramas de actividad y con diferentes escalas, tiene a la SST como una línea de acción estratégica fundamental, como muestra lo actuado frente a la pandemia que nos azota. La aplicación del Protocolo para Prevención del Contagio por Covid-19 y el Algoritmo de Actuación frente a casos positivos, han sido exitosos y han permitido que la industria se mantenga en actividad desde la implantación de los mismos, con un altísimo porcentaje de cumplimiento en las obras de todo el país.

Aún queda mucho por hacer, no nos conformamos con el estado actual de SST, nos afecta cada vez que un trabajador sufre un accidente, pero nos mantendremos impulsando estas acciones para toda la industria, convencidos de que estamos en el camino correcto. (Diego O'Neill – Presidente de la Cámara de la Construcción del Uruguay)





*Medicina  
Preventiva*

**Acompañamos a las empresas en su desarrollo, anticipándonos a las necesidades de los colaboradores y brindamos asistencia profesional en el cuidado de su salud física y mental.**

Este año ante los nuevos desafíos **incorporamos a nuestro equipo el área de psicología laboral y organizacional** enfocándonos en los riesgos psicosociales y afectivos.

**Contá con la calidad y el profesionalismo de SEMM también en tu vida laboral.**

[semm.com.uy](http://semm.com.uy) | 2410 0100

