
Guía de Salud Laboral

Para trabajadoras y trabajadores del SES



comisiones obreras
de extremadura

Edita:

Federación de Sanidad y Sectores
Sociosanitario de CCOO Extremadura

Coordina:

Secretaría de Salud Laboral y
Formación de CCOO Extremadura

Elaboración Técnica:

Secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente de CCOO Extremadura
Delegadas y delegados de Salud Laboral FSS de CCOO Extremadura

Elaboración:

Diciembre 2021

Presentación

La aparición del Covid-19 ha demostrado la precariedad en la prevención en temas de Salud Laboral, ocultando otros problemas de prevención y riesgos laborales que ya existían.

Recordamos que la prevención de los riesgos laborales es una obligación por parte de las empresas y, por ello, constituye un derecho de los trabajadores y trabajadoras (LPRL).

Con el objetivo de que conozcas estos derechos y puedas exigirlos, CCOO de Extremadura ha realizado esta guía.

En ella se recogen aspectos básicos que debes conocer como trabajadora y trabajador: derechos de prevención, obligaciones de la empresa y la importancia de saber qué hacer y a dónde acudir en caso de que aparezcan daños a la salud.

Esperamos que con esta guía y la ayuda de tus Delegadas y Delegados de Prevención de CCOO se contribuya a mejorar las condiciones de tu trabajo para que sean más saludables y no perdamos la salud por ir a trabajar.

Saludos.

José Julio Galeano Macías

*Secretario de Salud Laboral y Medio Ambiente
de CCOO Extremadura*

1 ¿QUÉ ES LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES?

El conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de la actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo.

La norma de referencia en Salud Laboral es, la Ley de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL) Ley 31/1995, de 8 de noviembre. Dicha ley ha sufrido diversas modificaciones desde su entrada en vigor y es desarrollada por numerosa normativa específica.



2 ¿QUÉ OBLIGACIONES TIENE LA EMPRESA?

La empresa aplicará las medidas que integran el deber general de prevención con arreglo a los siguientes principios generales:

- EVITAR, EVALUAR Y COMBATIR los riesgos en su origen.
- Adaptar el trabajo a la persona.
- Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro.
- Integrar la prevención en la organización del trabajo de forma que no dañe a la salud.
- Formación e información a los trabajadores sobre riesgos y medidas de prevención.

Ten localizados siempre los protocolos de actuación de riesgos laborales de tu unidad

3 ¿QUÉ DERECHOS TENGO COMO PARTE TRABAJADORA?

Según el artículo 14 LPRL, los trabajadores y trabajadoras tienen derecho a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo, el cual es un deber de las Administraciones Públicas respecto del personal a su servicio.

Derecho de información, consulta y participación, recibir formación teórica y práctica en materia preventiva y vigilancia de su estado de salud.

4 ¿QUIÉN ME REPRESENTA EN LA EMPRESA?

Las Delegadas y los Delegados de Prevención (DDPP) son la representación de los trabajadores/as con funciones específicas en materia de prevención de riesgos laborales.

Los derechos de participación y consulta que la Ley de Prevención de Riesgos Laborales reconoce a la parte trabajadora, se ejercen a través de estas personas. Son el mejor instrumento para la intervención sindical en la empresa en materia de salud laboral.

Serán Delegadas y Delegados de Prevención quienes sean designados por y entre la representación del personal, en el ámbito de los órganos previstos para ello.

Sus funciones se centran en una labor de vigilancia y control sobre el cumplimiento de la normativa de prevención de riesgos laborales, demandando del empresariado la adopción de medidas de carácter preventivo y para la mejora de los niveles de protección de la seguridad y la salud de la plantilla, pudiendo a tal fin efectuar propuestas a la empresa, así como al Comité de Seguridad y Salud para su discusión en el mismo.

La FSS-CCOO Extremadura tiene una Delegada o Delegado de Prevención de CCOO en cada Área Preventiva.



DATOS DE CONTACTO POR ÁREAS PREVENTIVAS

ÁREAS PREVENTIVAS	ÁREAS DE SALUD	LUGAR DE CONTACTO
BADAJOS	BADAJOS LLERENA-ZAFRA	Secc. Sindical CCOO - H. Llerena 924 877 055 Secc. Sindical CCOO H. Perpetuo Socorro - 924 215 080 Secc. Sindical CCOO - H. Universitario - 924 218 054
MÉRIDA	MÉRIDA DON BENITO-VVA	Secc. Sindical CCOO - H. Mérida 924 382 408 Secc. Sindical CCOO - H. Don Benito-Vva 924 386 838
CÁCERES	CÁCERES	Secc Sindical CCOO- H. San Pedro de Alcántara – 927 256 403 Secc. Sindical CCOO - H. Universitario ext. 56411
PLASENCIA	PLASENCIA CORIA-NAVALMORAL	Secc. Sindical - H. Plasencia 927458000 Ext 78117 Secc. Sindical - H. Coria – 927 149 200 –Ext. 77383 Secc. Sindical - H. Navalmoral - 927 548 910-Centralita

COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD (CSS). El Comité de Seguridad y Salud es el órgano paritario y colegiado de participación destinado a la consulta regular y periódica de las actuaciones de la empresa en materia de prevención de riesgos.

En el SES existen CSS de área y CSS sectoriales.

El Comité de Seguridad y Salud tendrá las siguientes competencias:

- Participar en los planes y programas de prevención de riesgos en la empresa.
- Debatar, los proyectos en materia de planificación y organización del trabajo e introducción de nuevas tecnologías.
- Promover iniciativas para la mejora de las condiciones o la corrección de las deficiencias existentes.

**En el SES, la PREVENCIÓN
se organiza a través de la UBP**

5 ¿CÓMO SE ORGANIZA LA PREVENCIÓN EN MI EMPRESA?

¿QUÉ ES LA UBP?

ES LA UNIDAD BÁSICA DE PREVENCIÓN.

¿CON QUÉ MEDIOS CUENTA?

La UBP cuenta con:

Médicos/as y Enfermeros/as especialistas, Técnicos de Prevención, Personal Administrativo, los cuales realizarán vigilancia de la salud, asesoramiento, evaluaciones de riesgos, formación y apoyo técnico.

¿DÓNDE ESTÁN UBICADAS?

Es importante conocer la ubicación de la Unidad Básica de Prevención (UBP) de la empresa, ya que juega un papel importante en la prevención de riesgos en nuestro puesto de trabajo.

Existe una Unidad Básica de Prevención por cada área Preventiva

UBICACIÓN

Área Preventiva de Plasencia Coria-Navalmoral	UBP en Hospital de Plasencia
Área Preventiva de Cáceres	UBP en Hospital San Pedro de Alcántara de Cáceres
Área Preventiva de Badajoz- Llerena	UBP en Hospital Perpetuo Socorro de Badajoz
Área Preventiva de Mérida	UBP en Hospital de Mérida



6 ¿QUÉ TIPO DE RIESGOS PUEDEN EXISTIR EN EL CENTRO DE TRABAJO?

RIESGOS BIOLÓGICOS

El riesgo biológico viene condicionado por la exposición a los agentes biológicos: bacterias (riquetsias, clamidias, legionellas, klebsiellas, micobacterias...), hongos (aspergillus, cándidas, penicillium...), virus (hepatitis B, C, D, E o G, fiebre amarilla, sarampión, paperas, VIH, dengue...), parásitos (leishmania, tenia, echinococcus, toxoplasma...), esporas, productos de recombinación, cultivos celulares humanos o de animales y los agentes biológicos potencialmente infecciosos que estas células puedan contener, como priones, además de varios tipos de toxinas.

La nueva enfermedad por coronavirus SARS-Cov-2 (COVID-19), la cual se ha clasificado mediante Directiva Europea en el grupo de riesgo 3 de agentes biológicos.

RIESGOS QUÍMICOS

Las sustancias químicas están presentes en la actividad diaria del sector sanitario y sociosanitario. El almacenamiento, manipulación y gestión de sus residuos conllevan múltiples riesgos que pueden afectar gravemente a la salud de los trabajadores y trabajadoras.

RIESGOS FÍSICOS

Dentro de los riesgos físicos, entre los que se encuentran también el ruido o las vibraciones, en el sector sanitario destacamos la exposición a energía electromagnética o radiaciones.

RIESGOS PSICOSOCIALES

Los riesgos psicosociales son los riesgos específicos a los que los trabajadores y trabajadoras estamos expuestos por la mala organización en el trabajo y generan efectos negativos para la salud.



**Riesgos añadidos
en determinadas situaciones
de la trabajadora o el trabajador**

PARA LA REPRODUCCIÓN Y LA MATERNIDAD

Durante el embarazo y la lactancia se producen importantes cambios fisiológicos y psicológicos en las mujeres para garantizar que el feto en desarrollo y los recién nacidos disponen de todo lo necesario para desarrollarse adecuadamente. Estos cambios son los que hacen que las trabajadoras embarazadas o que han dado a luz recientemente sean especialmente vulnerables a algunos riesgos laborales.

RIESGOS EN DROGODEPENDENCIAS

Algunas condiciones laborales (trabajos nocturnos, horarios excesivos, sobrecarga de trabajo, prolongación de la jornada en casa o doble presencia) pueden afectar al consumo de sustancias, y es este origen laboral el que hace necesaria una especial protección a las personas trabajadoras que puede sufrir este problema de salud.

7 ¿QUÉ TIPOS DE DAÑOS PUEDEN SURGIR?

Cuando la prevención falla o hay riesgos incontrolados o no previstos, pueden aparecer daños a la salud de los trabajadores/as.

Los daños a la salud derivados del trabajo legalmente reconocidos son dos:

- **Accidente de trabajo:** “toda lesión corporal que el trabajador/a sufra con ocasión o consecuencia del trabajo que realiza por cuenta ajena”.
- **Enfermedad profesional:** “la contraída a consecuencia del trabajo realizado por cuenta ajena en las actividades que se especifican en el cuadro que se aprueba por las disposiciones y desarrollo de la presente ley y que se están provocadas por la acción de los elementos o sustancia que en dicho cuadro se indiquen para cada enfermedad profesional” (Ley 1994 Seguridad Social).



¿QUÉ HACER CUÁNDO APARECEN DAÑOS A LA SALUD?

En caso de que sufras un accidente o enfermedad laboral:

- Ponlo en conocimiento de tu responsable, en el plazo de 24 horas si el accidente es grave y si es leve antes de 48 horas. Debe entregarte una copia del parte interno de comunicación.
- Si por urgencia, no fuera posible, el trabajador o un familiar lo comunicará a la UBP en un plazo de 24 horas.
- Si ocurre cuando la UBP está cerrada, acude a urgencias y deja constancia de que has sufrido un accidente laboral. Ponlo en conocimiento, también, de tu Delegada o Delegado de Prevención de CCOO.
- En caso de que la persona accidentada pase a situación de incapacidad temporal, se pondrá en contacto con la Dirección de Recursos Humanos aportando copia de la baja laboral correspondiente.

RECUERDA

En todos los servicios hay instaurados unos modelos de comunicación de accidentes de trabajo y de incidentes de los que te tienen que entregar una copia.

En todas las unidades tienes que existir protocolos, propuestas de medidas preventivas y otros documentos relacionados con la prevención de riesgos laborales, si no los conoces aún o tienes dudas sobre su contenido, pregunta a tu responsable, debes tener acceso a su consulta y estudio.

Si no te dan una respuesta adecuada acude a tu Delegada o Delegado de Prevención de CCOO.



En el gestor documental del SES siempre podrás consultar diversa documentación y ampliar tus conocimientos sobre los riesgos de la unidad en la cual trabajas en el SES.



8 ¿HAY PERSONAS ESPECIALMENTE PROTEGIDAS EN LA EMPRESA?

Hay personas que son más vulnerables ante algunos riesgos y por determinadas circunstancias son consideradas especialmente sensibles.

- **Protección de trabajadores y trabajadoras especialmente sensibles.** Si por sus propias características personales un trabajador/a tiene una especial sensibilidad a algún riesgo presente en su puesto de trabajo (alergia, limitación de visión, discapacidad física, psíquica o sensorial conocida...) la empresa deberá:
 - a. Adoptar las medidas de protección necesarias (adaptaciones en el puesto, cambio de puesto...)
 - b. No ubicar a esta persona en puestos de trabajo en los que pueda ponerse en peligro a ella misma o a terceros.
- **Protección a la maternidad**
 - a. Se deberá evaluar si existen riesgos para la trabajadora o el feto en el puesto de trabajo ocupado por la mujer cuando se tenga conocimiento de la situación de embarazo o parto reciente.
 - b. Si existen riesgos, la empresa deberá adaptar el puesto para eliminar los riesgos.
 - c. Si con esto persiste el riesgo deberá cambiarle a un puesto de trabajo exento de riesgo.
 - d. Si con esto no se elimina el riesgo para la mujer, se procederá a la suspensión de contrato por riesgo durante el embarazo o durante la lactancia natural. La trabajadora percibirá el subsidio equivalente al 100% de la base reguladora correspondiente, que será la establecida para la prestación de IT derivada de contingencias profesionales.



El SES tiene aprobado un protocolo de actuación de notificación del embarazo. Ponte en contacto con tu Delegada o Delegado de Prevención de CCOO.

9 ¿CON QUÉ RECURSOS CUENTO?

Para cualquier duda, sugerencia o problema ponte en contacto con tu delegado/a de prevención, tu federación, o directamente con tu sindicato, CCOO también dispone de un Gabinete de Salud Laboral, este servicio de CCOO Extremadura dirigido a sus Delegadas y Delegados de prevención y a sus afiliadas y afiliados, para orientarles e informarles de forma sindical y técnica en Salud Laboral, Medio Ambiente y Drogodependencias.

¿CÓMO DIRIGIRTE A LAS DELEGADAS Y DELEGADOS DE SALUD LABORAL DE CCOO?

A través de las/los Delegadas/os de Prevención de tu empresa, la Secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente de CCOO Extremadura.

También puedes hacerlo a través del siguiente correo electrónico:

fsextremadura@sanidad.ccoo.es

Para CCOO la prevención y la salud laboral tienen una importancia capital, por eso te animamos a que participes en la actividad preventiva dirigiéndote a tu Delegada o Delegado de Prevención para hacerle llegar cualquier duda o interés que tengas relativos a la seguridad en tu trabajo.



RECUERDA

No esperes nunca a tener un accidente laboral para saber cómo debes actuar, el conocimiento previo de todos los riesgos a los cuales estas expuesta/o, hará que tu salud no se deteriore

EL GESTOR DOCUMENTAL

En el punto 12 del Gestor Documental del SES podrás acceder a documentación sobre Prevención de Riesgos Laborales.



VIGILANCIA DE LA SALUD

Reconocimientos médicos:

VOLUNTARIOS



Todos los trabajadores que voluntariamente den su consentimiento para llevar a cabo la vigilancia de la salud.

SI DESEAS QUE SE TE REALICE UN RECONOCIMIENTO MÉDICO EN FUNCIÓN DE LOS RIESGOS INHERENTES A TU TRABAJO, CONTACTA CON LA UNIDAD BÁSICA DE PREVENCIÓN

OBLIGATORIOS



- Conductores, utilización de vehículos y que transportan a otros empleados públicos.
- Radiaciones ionizantes, clasificados como trabajadores de categoría A según el Real Decreto 783/2001(1)
- Ruido.
- Agentes cancerígenos o mutágenos.
- Trabajos temporales en altura (cuando exista un riesgo de caída de altura de más de dos metros).
- Antecedentes de enfermedad profesional (⁂).
- Alta accidentalidad (⁂).



SALUD LABORAL BADAJOZ

924 223 248

689 780 598

SALUD LABORAL CÁ CERES

927 227 279

689 061 593



@ccoo.deextremadura



@ccoo_ext



@ccooextremadura



ccoo extremadura



comisiones obreras
de extremadura

JUNTA DE EXTREMADURA