

“Catálogo de enfermedades profesionales de los docentes de centros educativos públicos de primer ciclo de educación infantil, primaria y secundaria obligatoria”

Artículos sobre psicopatologías laborales

FETE-UGT



ARTÍCULOS SOBRE PSICOPATOLOGÍAS LABORALES

- En el año 2020 el 40% de las bajas laborales serán por trastornos mentales
- El 4% de los trabajadores sufrió agresiones laborales en 2002
- Los aspectos psicosociales como la preocupación por el dolor influyen tanto como la intensidad del dolor mismo en la calidad de vida de enfermos con lumbalgia
- Un tercio de los accidentes de trabajo mortales ocurridos en Cataluña durante el 2002 estuvieron relacionados con el uso de vehículos
- Los trabajadores eventuales sufren en Catalunya más del doble de accidentes laborales que los fijos
- El ejercicio, una buena dieta y el control emocional, mejoran el rendimiento de los empleados y reducen el estrés laboral
- El Gobierno español estudia crear normas de ámbito nacional para prevenir los riesgos psicosociales
- El 15% de la población activa española sufre acoso psicológico en el lugar de trabajo según UGT
- Sólo el 30% de las empresas españolas ha realizado algún estudio de satisfacción entre sus empleados
- Más de 250 expertos debaten sobre nuevas enfermedades laborales
- Califican de accidente laboral el ataque de ansiedad de un empleado de RENFE presionado por cobrar pocas multas
- El 30% de la población española tiene problemas con el sueño
- Los docentes, profesionales con mayor porcentaje de bajas laborales por infecciones y trastornos psiquiátricos
- Una de cada diez bajas de los profesores de Secundaria se debe a motivos psicológicos
- La depresión provoca ya la cuarta parte de las bajas de los profesores
- El pesimismo hace enfermar
- Andalucía - Más del 43% de los médicos de Primaria de zonas rurales sufre alteraciones psicofísicas por estrés
- El estrés laboral es precursor de numerosas enfermedades físicas y mentales, según una experta
- La Unidad del Sueño del H. Virgen del Rocío (Sevilla) detecta anualmente cerca de 1.200 casos nuevos de apnea



En el año 2020 el 40% de las bajas laborales serán por trastornos mentales - 01/09/2003

Manuel Trujillo, jefe del Departamento de Psiquiatría del Hospital Bellvue de Nueva York, aseguró recientemente en Alicante que en el año 2020 el 40 por ciento de las bajas laborales se deberá a trastornos mentales, lo que significará "una carga devastadora para la sociedad".

Este experto señaló que, según las previsiones de la Organización Mundial de la Salud, la ansiedad y la depresión serán los trastornos del siglo XXI.

El psiquiatra ofreció una rueda de prensa en la Clínica Mediterránea de Neurociencias para exponer los efectos de los múltiples casos de estrés postraumático que se produjeron tras los atentados terroristas del 11 de septiembre de 2001 contra las Torres Gemelas de Nueva York y para hablar sobre la salud mental.

Trujillo afirmó que los trastornos depresivos "han aumentado considerablemente" en los países avanzados a causa de los cambios socio-demográficos que han sufrido los ciudadanos por la dificultad de construir su propia vida.

"En el siglo XIX y XX las personas tenían la vida hecha, pero ahora esto no sucede, con lo que muchos de ellos fracasan y esto se traduce en depresión", manifestó el psiquiatra, quien aseguró que "otro argumento es que al haber perdido mucho apoyo social en el seno de los hogares los conflictos familiares se agravan".

Trujillo también indicó que al perder apoyo familiar el "varón violento no tiene límites", y esta conducta se traduce en violencia doméstica que tiene que ver con la relación tradicional hombre-mujer, en la que existía una "prevalencia hacia el hombre".

El jefe del Departamento de Psiquiatría señaló que este modelo ha cambiado a mejor por la rápida incorporación de la mujer al mundo laboral, hecho que requiere un periodo de adaptación y en el que "hay determinados hombres que, al no acostumbrarse, responden con violencia". Esta doble conjunción de factores, según Trujillo, es debido a que el individuo "ha asumido más responsabilidad por el desarrollo de su propia vida, sin embargo, tienen menos apoyo social, lo que se traduce en un aumento de trastornos depresivos".

Por lo que respecta a la catástrofe del 11-S, explicó que un sesenta por ciento de la sociedad sufrió algún síntoma de estrés postraumático e indicó que la mejor prevención para esta patología, aquel que se prolonga más allá de los 30 días siguientes a sufrir un trauma, es el "cultivo de la serenidad", eliminando las situaciones de ansiedad en la medida de lo posible.

Trujillo apuntó que en el caso de las mujeres existe un factor de "doble riesgo", ya que "las hormonas femeninas sensibilizan al cerebro para la respuesta a estímulos amenazantes, como el temor a la pérdida de un hijo".

Fuente: Panorama-Actual.es

El 4% de los trabajadores sufrió agresiones laborales en 2002 - 02/06/2003

Alrededor de un 4% de los trabajadores sufrió algún tipo de violencia durante el último año, según datos de la Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y de Trabajo.

Los colectivos más vulnerables a la violencia en el ámbito laboral son los profesores, los empleados de prisiones, hospitales, gasolineras y bancos, según las conclusiones de la Jornada "Violencia en el trabajo: El Estado de la cuestión" que se celebró el jueves en el marco de la cátedra promovida por Mutual Cyclops y la Universidad Politécnica de Cataluña sobre Prevención de Riesgos Laborales.

Según los expertos que participaron en la conferencia, las agresiones en el ámbito laboral se han incrementado durante los últimos años, en especial entre "las minorías étnicas y las mujeres», que, "proporcionalmente sufren más acosos y maltratos que los hombres, tanto en el trabajo como en la vida corriente" según el técnico de la UPC, Albert Torrens. El profesor de la Universidad de Barcelona Ramón Ferrer, aseguró que durante el año 2000 se produjeron, en la Unión Europea, agresiones físicas a seis millones de empleados por parte de personas externas a su puesto de trabajo, mientras que tres millones de trabajadores fueron agredidos por personas dentro de su ámbito laboral. En España, «donde los datos no son muy fiables, pues son encuestas internas de las mismas empresas un 9% de los trabajadores sufrió acoso psicológico y un 2% acoso sexual.

Fuente de los datos: Yahoo.es

Los aspectos psicosociales como la preocupación por el dolor influyen tanto como la intensidad del dolor mismo en la calidad de vida de enfermos con lumbalgia - 26/05/2003

Los factores de tipo psicosocial como la preocupación por la causa, las consecuencias del dolor o el miedo a agravarlo con ciertos movimientos influyen tanto como la intensidad del dolor en el grado de incapacidad o la merma de la calidad de vida de enfermos con lumbalgia, según se desprende del estudio 'Correlación entre el dolor, incapacidad y calidad de vida', realizado por la Fundación Kovacs y presentado hoy en el marco del VI Foro Internacional de Investigadores en Lumbalgia, celebrado en Suecia.

La investigación, realizada en casi 200 pacientes, también demuestra que la intensidad del dolor y el grado de incapacidad sólo determina el 27 por ciento de la calidad de vida de los pacientes con dolor de espalda el primer día en el que éste aparece, pero que catorce días después lo hace hasta un 58 por ciento.

Según el doctor Francisco Manuel Kovacs, presidente de la Fundación y primer autor del estudio, "más que la intensidad del dolor de espalda o el grado de restricción de la actividad al que se asocia, lo que determina la merma de calidad de vida es el hecho de que se prolongue". Así, un dolor pasajero, aunque sea intenso, tiene poco impacto en la calidad de vida. De hecho, "en esos casos depende en aproximadamente tres cuartas partes de factores no relacionados con la espalda", explicó el experto.

Los resultados del estudio también demuestran que mejorías espectaculares del dolor pueden conllevar variaciones "casi imperceptibles" del grado de incapacidad o la calidad de vida, por lo que cuando se evalúa un tratamiento debe medirse por separado su efecto sobre la intensidad del dolor, sobre el grado de incapacidad y sobre la calidad de vida. Según Kovacs, esto también debe aplicarse en la práctica clínica diaria.



En cuanto al coste social, explicó el experto, la mayor parte depende del grado de incapacidad, puesto que la restricción de la actividad tiene repercusión laboral, y el dolor de espalda es el principal motivo de absentismo laboral.

Fuente de los datos: Europapress

Un tercio de los accidentes de trabajo mortales ocurridos en Cataluña durante el 2002 estuvieron relacionados con el uso de vehículos - 21/05/2003

Uno de cada tres de los accidentes de trabajo mortales ocurridos el año pasado en Catalunya sucedieron mientras los trabajadores utilizaban algún tipo de vehículo durante su jornada laboral, según los datos de la conselleria de Trabajo, Industria, Comercio y Turismo de la Generalitat, hechos públicos hoy por el sindicato Comisiones Obreras de Catalunya.

Estas cifras no recogen los 77 accidentes mortales ocurridos 'in itinere', es decir en los trayectos hacia o desde el centro de trabajo. En total, el 50 por ciento de los accidentes laborales con baja ocurridos el año pasado en Catalunya fueron accidentes de tráfico.

El responsable de Política Sectorial de CC.OO. de Catalunya, Simón Rosado, denunció hoy estos datos y exigió que se incluyan las medidas sobre movilidad en las políticas de prevención de riesgos laborales. El problema, explicó, es que "las patronales aún no han asumido que los accidentes 'in itinere' también son accidentes laborales porque dependen de la organización de trabajo".

En líneas generales, la enmienda de CC.OO. a este proyecto legislativo se centran en el fomento del transporte público, el transporte de empresa y especialmente la mención de que todo proyecto de ordenación urbanística se realice paralelamente a un plan de movilidad.

Por su parte, el responsable de Movilidad de CC.OO. de Catalunya, Manel Ferri, explicó que la escasez de transporte público para acceder a determinados polígonos no sólo incrementa la posibilidad de accidentes para los trabajadores, sino que "excluye" de estos puestos de trabajo a las personas sin carnet de conducir o sin automóvil propio, que son mayoritariamente jóvenes, mujeres e inmigrantes.

Fuente de los datos: Barcelona al día

Los trabajadores eventuales sufren en Catalunya más del doble de accidentes laborales que los fijos - 29/04/2003

Los trabajadores con contrato temporal sufrieron el año pasado en Catalunya más del doble de accidentes laborales que los empleados fijos, según los datos de la Generalitat hechos públicos la semana pasada por el sindicato Comisiones Obreras. Por cada 1.000 trabajadores, se produjeron 210 accidentes, de los cuales 150 afectaron a empleados eventuales y 60 a fijos.

El responsable de Política Industrial de CC.OO. de Catalunya, Simón Rosado, y la responsable de salud laboral en el sindicato, Neus Moreno, denunciaron en rueda de prensa la "involución" registrada durante los últimos años en prevención de riesgos laborales en las empresas catalanas.

Entre las empresas consideradas con "alta accidentalidad" por parte de la Generalitat, el año pasado sólo el 38,7 por ciento efectuó de manera correcta una

investigación sobre las causas de los accidentes de trabajo, mientras que el 36,9 por ciento no lo hizo y el 24,4 por ciento lo hizo de forma insuficiente.

Asimismo, el 35,9 por ciento no realizó el año pasado ninguna actuación de vigilancia sobre la salud laboral, el 26,3 por ciento adoptó medidas insuficientes, y sólo el 37,8 por ciento actuó de forma "más o menos correcta". Por otra parte, Rosado denunció que las empresas eluden declarar un gran número de accidentes que se producen con la "complicidad" de las mutualidades, con lo cual las cifras oficiales de siniestralidad son inferiores a la reales.

CC.OO. también critica que la Inspección de Trabajo haya establecido una norma técnica de obligado cumplimiento por la cual el acoso moral en el trabajo o "mobbing" sea considerado un conflicto personal laboral en lugar de una enfermedad profesional.

El año pasado, Catalunya sumó un total de 6.238 enfermedades profesionales y afectaron especialmente al sector de la industria (62,3 por ciento del total) y los servicios (28,8 por ciento), con incrementos del 12,1 por ciento. El incremento global fue de un 3,4 por ciento.

Fuente de los datos: Barcelona al día

El ejercicio, una buena dieta y el control emocional, mejoran el rendimiento de los empleados y reducen el estrés laboral - 19/03/2003

La práctica de ejercicio físico, junto al mantenimiento de una dieta equilibrada y el control emocional, ayuda a mejorar el rendimiento de los empleados dentro de una empresa e incide en la reducción del estrés laboral, que actualmente afecta a más de cuarenta millones de personas en la Unión Europea.

Estos tres elementos constituyen los pilares básicos para tratar y combatir una patología que en la actualidad representa el cincuenta por ciento de los motivos de absentismo en el trabajo y es el problema de salud más frecuente por detrás de los dolores de espalda.

El coordinador del Centro Andaluz de Medicina del Deporte, Carlos de Teresa, indicó que la incidencia del estrés entre la población trabajadora ha obligado a las empresas a adoptar un nuevo enfoque y a utilizar el ejercicio físico como una herramienta empresarial que mejore el rendimiento de sus trabajadores.

La actividad física "produce una sensación de bienestar y felicidad" que permite al trabajador "disfrutar tanto dentro como fuera de su ámbito laboral", según De Teresa, quien aseguró que el ejercicio también ayuda a la persona a "conocerse mejor y a saber cómo debe actuar ante una situación de crisis en el trabajo o en su vida cotidiana".

El cambio de hábitos dentro de la propia empresa se plantea como una solución para reducir la incidencia del estrés laboral a través de actividades que promuevan el tiempo libre de sus empleados y "hagan que sus vidas sean más saludables, al mismo tiempo que aumenten la rentabilidad de la compañía", subrayó.

La información sobre técnicas correctas para practicar en los distintos deportes, la formación de médicos de empresa y departamentos de recursos humanos en este ámbito y la puesta en marcha de campañas de concienciación para los empleados, son algunas de las formas de fomentar hábitos saludables dentro de la propia compañía.

Según el especialista, tradicionalmente la empresa ha tratado de controlar la salud de sus empleados mediante chequeos médicos con el fin de prevenir tanto

enfermedades como riesgos laborales, aunque hasta el momento no se había hecho hincapié en "la importancia del estrés en este ámbito".

Algunos estudios elaborados recientemente indican que el tipo de trabajo y estilo de vida actual, más sedentario, esté reduciendo la masa muscular del cuerpo humano, lo que a su vez produce una disminución de la capacidad funcional y conduce a una alteración del metabolismo.

Las consecuencias más directas derivadas del estrés son cansancio, fatiga, dolor de espalda, aceleración de artrosis, alteración de la funcionalidad cardíaca y tendencia a la depresión, así como enfermedades como la diabetes tipo dos, asma o inflamaciones intestinales.

Ante esta situación, el coordinador del Centro Andaluz de Medicina del Deporte señaló que el estrés "va más allá de la simple afección psicológica, ya que tiene una repercusión orgánica muy directa" que puede derivar en enfermedades cardiovasculares o inflamaciones crónicas relacionadas con los cambios de hábitos de la sociedad.

Asimismo, el mantenimiento de una dieta saludable y equilibrada, rica en verduras, frutas y cereales, constituye un factor "determinante" en la lucha contra el estrés laboral, puesto que "una buena alimentación incide de manera directa en la energía que genera el cerebro para funcionar mejor", matizó.

Fuente de los datos: Andalucía 24 horas

El Gobierno español estudia crear normas de ámbito nacional para prevenir los riesgos psicosociales - 17/02/2003

Los ministerios de Sanidad y de Trabajo estudian actualmente desarrollar normas para aplicar "propuestas de ámbito nacional" encaminadas a prevenir los riesgos psicosociales, entre los que destaca el estrés, en los centros de trabajo, según ha anunciado la ministra de Sanidad, Ana Pastor.

La ministra, que inauguró en Madrid el "I Congreso Europeo de Prevención de Riesgos Laborales, Nuevas Formas de Gestión y Perspectivas en Psicología Laboral en el siglo XXI", señaló que es "prioritario" mejorar los procedimientos de notificación y registro de las enfermedades profesionales en España y actualizarlos siguiendo los indicadores europeos.

Pastor agregó que es necesario que existan "los mismos indicadores" para todos y aseguró que Sanidad pondrá también el énfasis en la recopilación y el análisis de datos, en la investigación para la formulación de estrategias y recomendaciones para la prevención de los riesgos y en la capacitación de los recursos humanos.

Desde este punto de vista, destacó que entre las prioridades de su departamento para 2003 figuran el impulso a la formación e investigación en materia de salud laboral, mediante la futura puesta en marcha de un Plan Estratégico de Investigación en Salud Laboral y el aumento de los créditos docentes en el ámbito de la Enfermería y la Medicina, "dando cada vez más peso a esta formación".

Asimismo, la titular de Sanidad dijo que "las actuaciones en curso" incluirán la coordinación de las medidas de salud laboral que están desarrollando las distintas comunidades autónomas a través del grupo de trabajo sobre salud laboral integrado en la Comisión de Salud Pública del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (CISNS).

Otras actuaciones en las que se trabaja son la preparación y difusión de protocolos de vigilancia sanitaria específica y el diseño e implantación de un Sistema de



Infomación Sanitaria en salud laboral, que incluirá, entre otras cuestiones, las relativas a los indicadores, la formación de los profesionales y la investigación en salud laboral.

La ministra explicó, ante un auditorio repleto en la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid, que todo esto debe enmarcarse en una "estrategia integrada de promoción de la salud en el lugar de trabajo", que responda a las necesidades tanto de los trabajadores como de los empresarios.

"Queremos conseguir que el impacto de los problemas del trabajo en la salud sea el menor posible, y para ello apostamos por la prevención de los riesgos laborales", dijo.

Fuente de los datos: El Mundo

El 15% de la población activa española sufre acoso psicológico en el lugar de trabajo según UGT - 21/01/2003

Más de 2,3 millones de trabajadores españoles (el 15% de la población activa) sufren acoso psicológico en el trabajo al menos una vez a la semana, según el informe 'El acoso psicológico en el trabajo', elaborado por la secretaría de Salud Laboral y Medio Ambiente de UGT-Madrid.

El informe pone de manifiesto que el conocido como "mobbing" afecta a todos los ámbitos y sectores, si bien se encuentra generalmente ligado al sector servicios, en el que las condiciones de precariedad e inseguridad en el trabajo son más latentes.

El acoso moral conduce a los trabajadores sometidos a él a sufrir depresiones, dolencias físicas e incluso, en ocasiones, llevarles al suicidio.

A este hecho se suman las dificultades que tiene el afectado para demostrar el origen laboral de la enfermedad, lo que complica generalmente su tratamiento por parte de especialistas.

Sin embargo, UGT recuerda a los trabajadores que los tribunales españoles ya han dictado sentencias a favor de trabajadores que denunciaron haber sufrido acoso psicológico en el trabajo.

Fuente de los datos: El Mundo

Sólo el 30% de las empresas españolas ha realizado algún estudio de satisfacción entre sus empleados - 30/10/2002

Aumentar el nivel de satisfacción de los empleados influye directamente en su rendimiento y, a través de éste, en la calidad del servicio de la empresa y el volumen de ventas. Sin embargo, y aunque el 93 por ciento de los profesionales de recursos humanos considera importante hacer estudios de satisfacción de empleados, sólo el 31 por ciento de las empresas lo ha realizado alguna vez y el 45 por ciento tiene previsto hacerlo en el futuro, según el estudio La satisfacción en el trabajo de los profesionales de recursos humanos elaborado por BetterBeYourself y rrrhhMagazine.com.

Una encuesta de satisfacción incluye procesos de evaluación, medición y control para poder ver las mejoras que se van introduciendo. El estudio indica que en la mayoría de las empresas este tipo de evaluación es prácticamente inexistente.

El informe también hace hincapié en el poco peso que los departamentos de recursos humanos tienen en las empresas y la dificultad para cumplir sus objetivos. La sensación de los profesionales de estos departamentos es que sus jefes no cuidan de sus empleados lo suficiente, no les evalúan adecuadamente y, cuando lo hacen, no tienen en cuenta la calidad. "Esto es grave por dos razones: la primera, porque los colaboradores están más sensibilizados, dado que son expertos en estos temas; la segunda, porque son los encargados de transmitir las políticas de evaluación al resto de la empresa", explica José Ramón Pín, profesor del IESE.

Los asistentes y técnicos de estos departamentos están significativamente menos satisfechos que los directivos. El 48 por ciento no está seguro de seguir trabajando en la empresa el año que viene. Los motivos principales son que se sienten poco valorados en su trabajo, su implicación en la toma de decisiones es relativamente baja y no se sienten informados sobre lo que pasa en la compañía.

Fuente de los datos: Expansión directo

Más de 250 expertos debaten sobre nuevas enfermedades laborales - 21/05/2002

Derivadas del trabajo y las nuevas tecnologías, en los últimos años han proliferado enfermedades de reciente diagnóstico, como el "mobbing" (acoso moral) o el síndrome del Burnout. Estas cuestiones se han debatido en estos días por más de 250 expertos, en la IV Reunión Nacional de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo.

La evolución de los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales en el último decenio ha experimentado en España un aumento preocupante que no sólo está ligado al incremento de la actividad económica y al nivel de ocupación. De ahí, el interés de este encuentro, dada la inquietud social y profesional que existe ante las crecientes tasas de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, así como por la aplicación y desarrollo de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales 31/95 y su desarrollo reglamentario.

A lo largo del encuentro, los especialistas en medicina del trabajo han insistido en la necesidad de vigilar la salud específica de cada trabajador en relación con los riesgos existentes en su puesto de trabajo como herramienta para detectar precozmente cualquier alteración en su salud como consecuencia del trabajo. Este hecho será determinante para prevenirlas y evitar su progresión.

La Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo insiste en la necesidad de atajar este problema, ya que las encuestas oficiales indican que un 74% de los trabajadores en su puesto de trabajo padece riesgo de accidente. Así, del total de consultas médicas realizadas por los trabajadores anualmente, el 20% han estado relacionadas con daños derivados del trabajo, y los motivos de consulta médica más frecuentes relacionados con problemas de salud derivados del trabajo han sido: el dolor de espalda (20,4%) y el dolor de miembro superior o inferior (13,5%).

Por otra parte los principales riesgos que existen son: cortes y pinchazos (35,6%) y los golpes (31,6%). El exceso de confianza (51,8%), los esfuerzos o posturas forzadas (19,2%) y el cansancio o fatiga (17,1%) se señalan como los factores implicados con mayor frecuencia en la aparición del riesgo de accidente.

En relación con los factores de carga mental destaca la necesidad que tienen los trabajadores de mantener un nivel elevado de atención (58,2%), un ritmo elevado de trabajo (35,1%) y el desarrollo de tareas repetitivas y de corta duración (32,2%), durante más de la mitad de la jornada laboral. Respecto a los

requerimientos físicos de la tarea, durante más de la mitad de la jornada laboral, el 34,1% de los trabajadores debe realizar movimientos de manos o brazos repetitivos, el 29,7% debe mantener una misma postura y el 8,4% debe permanecer en posturas dolorosas fatigantes.

La exposición de contaminantes químicos afecta a un 27,7% de los trabajadores (un 19,7% por inhalación y un 17,1% por manipulación). Por otra parte, el 10,3% de los trabajadores se considera expuesto a un ruido elevado, un 11,6% a radiaciones, un 8,1% a contaminantes biológicos, y un 4,8% a vibraciones transmitidas en mano-brazo.

Fuente de los datos: Actualidad Empresarial.

Califican de accidente laboral el ataque de ansiedad de un empleado de RENFE presionado por cobrar pocas multas

La Seguridad Social ha resuelto como accidente laboral un ataque de ansiedad sufrido por un trabajador de la compañía RENFE presionado por que cobraba "pocas" multas en los trenes de cercanías, según informó el representante de la Central General de Trabajadores (CGT) en la compañía de ferrocarriles, Miguel Montenegro.

La decisión se produjo después de que la organización sindical iniciase un procedimiento administrativo en contra de dos expedientes disciplinarios abiertos contra el empleado, quien estaba en contra de cobrar las multas establecidas por el impago de los billetes en el cercanías.

Montenegro indicó que el trabajador "tenía la presión de su propia filosofía de la vida, porque se preguntaba cómo iba a poner una multa a una persona a la que la máquina no le aceptaba diez euros para comprar el billete", y agregó en declaraciones a Europa Press que "contraponía su postura como persona a lo que RENFE le estaba exigiendo, que son medidas anticliente".

El representante de la CGT manifestó que las medidas adoptadas contra el trabajador se debían a que la empresa le recriminaba que "ponía pocas multas", con lo que a su juicio "la presión aquí está más que clara".

El representante de la CGT explicó que la resolución de la Seguridad Social fue comunicada la pasada semana, después de que RENFE, como mutua de accidentes de trabajo, "no quisiese tratar los problemas psicológicos que padecía el compañero", por lo que se acudió a la Seguridad Social.

Además, señaló que la CGT informó hoy a los trabajadores de "la represión que la compañía está llevando a cabo y pidiéndoles que no se dejen presionar".

"Al final nos dan la razón porque admiten que ya hay acoso laboral en RENFE, algo que es doblemente grave, porque estamos hablando de una empresa pública que debiera ser la primera en respetar los derechos constitucionales", explicó.

25/11/2003 - Europa Press



El 30% de la población española tiene problemas con el sueño

Los españoles dedican cada vez menos tiempo a dormir y de hecho, el 30% de la población española sufre problemas de sueño, según explicaron este viernes varios expertos en trastornos del sueño que participan en una jornada en Valencia. Alertaron de los problemas físicos y psíquicos que pueden sufrir las personas que trabajan a turnos o por la noche, ya que su adaptación a la vigilia del sueño es peor que la de los que llevan un horario regular.

La jornada "El sueño. Sus alteraciones y consecuencias en la calidad de vida", se abordan aspectos como las alteraciones respiratorias durante el sueño, el insomnio o las consecuencias de los trastornos del sueño en la vida laboral.

La presidenta de la Asociación Ibérica de Patología del Sueño, la doctora Pio Cuartero, explicó que la falta de sueño en el adulto produce "falta de atención, de respuesta rápida ante determinadas situaciones y, a más largo plazo, hasta depresiones".

Indicó que las personas que más privación del sueño sufren son las que trabajan a turnos o en horario nocturno e indicó que esta circunstancia afecta a un veinte por ciento de la población laboral, aunque el número de casos va en aumento.

Este grupo de trabajadores, según señaló la experta, "duerme peor que la que tiene un horario regular de trabajo, y es no sólo le afecta al sueño, sino a su vida entera", ya durante el día el descanso no es igual al de la noche.

"También comen a distintas horas y de forma irregular, tienen una vida más sedentaria y consumen más cafeína y estimulantes", agregó.

Esta experta recomendó a los médicos que hacen reconocimientos preventivos en las empresas que se interesen por la calidad del sueño de los pacientes, especialmente de los que realizan profesiones de riesgo, puesto que pueden sufrir algún accidente en su trabajo debido a una deficiencia de sueño.

El jefe de la Unidad Valenciana del Sueño de la Clínica Quirón de Valencia y organizador de la jornada, Gonzalo Pin, explicó que en algunos países, a partir de los 50 años de edad se recomienda no trabajar a turnos, ya que la adaptación a la vigilia del sueño es peor.

Pin explicó que el treinta por ciento de la población española tiene problemas con el sueño y cerca de trece millones de españoles sufrirán insomnio en algún momento de su vida, aunque algo más del setenta por ciento de los pacientes insomnes "jamás lo comunican ni reciben atención médica, porque creen que lo único que les pasa es que les ha tocado dormir mal".

Otro tema abordado en la jornada han sido el de los trastornos del sueño en los niños. En este sentido David Gozal, de la Universidad de Louisville (Estados Unidos), destacó los problemas que sufren los menores con alteraciones respiratorias, que les hacen despertarse continuamente durante la noche y les provoca problemas durante el día.

Explico que entre el 10 y el 12 por ciento de los niños entre uno y diez años de edad ronca, un sonido "que no debe ser considerado como inocente, sino como un síntoma de problema" que les puede llevar a no prestar atención en clase, a estar más hiperactivos o nerviosos o a sufrir más infecciones, ya que el sistema inmunitario se regenera especialmente por la noche.

17/11/2003 - Panorama Actual



Los docentes, profesionales con mayor porcentaje de bajas laborales por infecciones y trastornos psiquiátricos

El 35,7 por ciento de las bajas laborales de los profesores son debidas a infecciones, mientras el 11 por ciento y el 4,4 por ciento las causan trastornos psiquiátricos y de voz, respectivamente, frente al 25,48; 5,02 y 0,26 por ciento de bajas registradas en otras profesiones por estos motivos, respectivamente, según informó ayer el responsable de Seguridad Laboral del sindicato docente STEs, José María Avilés.

Tan sólo en problemas traumatológicos, segunda causa de bajas en docentes, otras profesiones superan a la de los profesores en bajas laborales. En todo caso, la mayor incidencia de éstas se produce en los meses de enero, febrero y noviembre, con una duración media de 29,4 días de baja, agregó este experto en rueda de prensa de presentación de las III Jornadas Confederales de STEs sobre Riesgos Psicosociales en la Enseñanza, que se celebrarán en Valladolid del 7 al 9 de noviembre.

Primaria y Secundaria contemplan el mayor número de ausencias de docentes por enfermedad, con cifras de hasta el 61 y el 39 por ciento, respectivamente. Casi el 50 por ciento de los docentes que cogen la baja por enfermedad laboral está entre los 35 y los 45 años, añadió Avilés, quien denunció que sólo se cubre la mitad de las bajas que se producen. Por ello, este especialista pidió a la Administración "que todas las bajas que se produzcan se cubran", porque éstas afectan a la calidad de la enseñanza y a la salud del resto de profesores que permanecen en el centro escolar.

Reclamó también la necesidad de "actualizar el obsoleto" cuatro de enfermedades profesionales, que data de 1978, y en el que sólo están recogidas las patologías relacionadas con sustancias tóxicas. "Queremos que de una vez por todas se cambie el cuadro de enfermedades profesionales y se desarrolle conforme al desempeño del trabajo", añadió, además de denunciar que el sistema de recogida de bajas está "obsoleto" por falta de unidad de criterios y no contemplar estas dolencias bajo un epígrafe "claro". "Hay una falta de recipiente para recoger estas dolencias", manifestó.

En cuanto al acoso entre el alumnado, Avilés destacó que el 5,9 por ciento de los estudiantes es víctima sistemática al menos una vez a la semana durante todo el curso o toda su escolarización y que el 5,7 por ciento de los niños reconoce ser agresor frecuente de sus compañeros (bullying). Asimismo, criticó la existencia de un acoso desde organizaciones e instituciones.

Puso como ejemplo el acoso al que, a su juicio, se verán sometidos los profesores con algunas medidas de la Ley Orgánica de Calidad de la Enseñanza (LOCE), que podrían "cercenar" su autonomía en el desarrollo de sus tareas y provocar riesgos psicosociales.

04/11/2003 - Estrella Digital



Una de cada diez bajas de los profesores de Secundaria se debe a motivos psicológicos

La Asociación de Profesores de Enseñanza Secundaria de Castilla y León (ASPES) asegura que muchas bajas laborales motivadas por problemas psicológicos se esconden o se camuflan, además de las reconocidas por la Junta de Castilla y León. En la actualidad, el 10% de las bajas laborales de los profesores de Secundaria en la región se deben a motivos psicológicos.

El problema de la indisciplina en las aulas y la sensación de ser un colectivo olvidado son las principales razones de las bajas laborales. No obstante, la organización quiere conocer todas las preocupaciones y problemas de los profesores. Para ello, difundirá 10.000 encuestas entre los profesores de la región para conocer sus opiniones sobre diferentes aspectos. El secretario general del sindicato ASPES, Carlos Hernández de Bustos, consideró ayer que el estrés, la ansiedad y la difícil adecuación al trabajo han provocado un retroceso de las condiciones laborales del profesorado. «Además, somos un colectivo olvidado, antes por el Ministerio y ahora por la Junta de Castilla y León», explicó Hernández.

Los resultados de la encuesta servirán para el sindicato para constatar las preocupaciones de los profesores de Secundaria, que serán trasladadas posteriormente a la Junta de Castilla y León, a la que reclaman que apoye al profesorado «con medidas que redunden en una mejora de nuestro trabajo», añadió.

Otra de las reivindicaciones planteadas ayer por ASPES -que obtuvo tres representantes en la junta de personal docente no universitario en las elecciones de diciembre de 2002- se refirió a la carrera profesional de los profesores de Secundaria. «Somos el único colectivo de funcionarios a los que se priva de promoción en su carrera porque podemos concursar a plazas de catedráticos pero mediante una oposición y no por méritos», destacó el secretario general del sindicato.

30/10/2003 - Norte de Castilla

La depresión provoca ya la cuarta parte de las bajas de los profesores

La buena vida que la tradición popular atribuye a los maestros se resquebraja. Tienen las vacaciones más deseadas por el trabajador medio, pero también se enfrentan a enfermedades como el estrés, la depresión o la ansiedad. De hecho, los cuadros psicológicos provocan la cuarta parte de las bajas de los profesores de Asturias, según un estudio de Comisiones Obreras. Tanto CC OO como otros sindicatos de la enseñanza (FETE-UGT, SUATEA y ANPE), reclaman un plan de prevención de riesgos laborales de la profesión docente, similar a los que ya disfrutaban otros trabajadores.

Los datos apoyan sus reivindicaciones. Durante el curso 2000-2001, el único del que se disponen cifras, los 11.117 profesores de la región produjeron 176.770 días de baja. Esto se traduce en que hubo casi 16 días de ausencia laboral por enfermedad por cada docente. Los trastornos psiquiátricos concentraron el 23% de las bajas (43.426 días).

Así las cosas, las organizaciones sindicales están preocupadas por el creciente protagonismo del síndrome del quemado que, según CC OO, afecta especialmente a los docentes de más de 50 años (que por cierto, son la mitad de todos los que trabajan en Asturias). Además de evidentes razones derivadas de la madurez y el desgaste, no hay que rechazar otros aspectos como el agotamiento de la energía física, emocional y mental, que supone su trabajo. «El 68% del profesorado mayor



de 55 años opina que la LOGSE les exige mayor energía educativa y encuentra más dificultades para realizar la tarea educativa», según el estudio. Precisamente por eso, una demanda generalizada entre los sindicatos es que la jubilación esté relacionada con el tiempo de cotización y no con la edad del maestro.

Se da la circunstancia de que nuestra comunidad tiene a los docentes más viejos de España, con una media de edad de 46 años. En la zona central de la región, la situación es peor, porque concentra a los profesionales con antigüedad suficiente para elegir puesto cerca de casa.

Antonio Abúlez, secretario general de Enseñanza en CC OO, exige a la Administración regional «el rejuvenecimiento de plantillas y que apoye al profesorado aprobando una ley de salud laboral». En la misma línea, Manuel Manín (secretario de Enseñanza Pública de FETE-UGT) considera «una barbaridad que se permita seguir dando clase hasta los 70 años», entre otras cosas, porque «una parte importante no va a los centros prácticamente porque se pasa el curso de baja».

Demetrio Pérez, delegado de Salud Laboral de SUATEA, denuncia la falta de información sobre este tema, ya que «la única aproximación a las bajas se basa los datos que se facilitaron en 2000» y, desde entonces, «se nos han negado las cifras relacionadas con salud laboral». Además, Pérez estima que «tiene poca fiabilidad computar las bajas por maternidad como enfermedad» y reclamó «un estudio serio, por zonas, edades, sexo, asignaturas...». CC OO, UGT y ANPE se unieron a las críticas contra la consejería por la «falta de transparencia» en este asunto.

Los motivos

Ni Comisiones, ni FETE-UGT, ni SUATEA interpretan las razones del elevado índice de días perdidos por causa de las depresiones, al margen del envejecimiento de los docentes. Todo lo contrario que ANPE, que asegura que el síndrome del quemado tiene origen en la elevada conflictividad de las aulas. Al margen de valoraciones, lo cierto es que los problemas psicológicos ocupan ya el segundo puesto entre las causas de baja. Encabezan la lista las patologías relacionadas con traumatismos y reumatología.

06/10/2003 - El Comercio

El pesimismo hace enfermar

Investigadores de la Universidad de Wisconsin-Madison vincularon los pensamientos negativos con un debilitamiento del sistema inmunológico. Los científicos estudiaron a 52 personas de entre 57 y 60 años como parte de su experimento.

A través de una serie de preguntas, lograron determinar si los voluntarios presentaban un nivel más alto de actividad mental en la zona del cerebro asociada con los pensamientos negativos o si la zona más activa era la asociada con los pensamientos positivos.

Una vez determinado esto, los investigadores administraron a todos una vacuna contra la gripe. La vacuna busca poner en acción el sistema inmunológico para que esté preparado ante una eventual infección.

Aquellos que habían demostrado mayor actividad en la zona "negativa" del cerebro tuvieron las peores reacciones inmunológicas, mientras que los que registraron mayor actividad en la zona "positiva" tuvieron el efecto contrario.



De esta manera, los científicos pudieron concluir que aquellos que tienden a ser pesimistas están más expuestos a enfermarse.

06/09/2003 - Noticias.com

Andalucía - Más del 43% de los médicos de Primaria de zonas rurales sufre alteraciones psicofísicas por estrés

El 43,3 por ciento de los médicos de Atención Primaria de zonas rurales reconoce sufrir alteraciones psicofísicas provocadas por el ritmo de trabajo, según un estudio realizado en dos centros de salud rurales de la provincia de Sevilla en el que se analizó el desgaste profesional de estos facultativos.

Entre otros problemas indicados por los profesionales participantes en el estudio destacan síntomas ansioso-depresivos (26,6 por ciento), insomnio (33,3 por ciento), alteraciones del carácter (23,2 por ciento) y estrés (39,2 por ciento).

Igualmente, según los resultados de la investigación a los que ha tenido acceso Europa Press, se aprecia un índice elevado de alteraciones familiares relacionado con niveles altos de despersonalización en el trabajo y agotamiento emocional.

En concreto, la media de edad de los profesionales encuestados se situó en 43,4 años, con un promedio de años en la profesión de entre 16 y 6,3 y en el puesto Actualde diez a 4,6 años. Además, el 66,6 por ciento de los entrevistados son propietarios de plaza, mientras que el 26,6 por ciento son interinos y el 6,6 por ciento son sustitutos.

Tal y como indican los resultados de la investigación --promovida por la Sociedad Andaluza de Medicina Familiar y Comunitaria (Samfyc)--, los índices de "ausencia de logros personales" (otro de los aspectos analizados en el estudio para conocer el grado de motivación de los profesionales) son superiores cuando el médico era varón, con más de 45 años, propietario de plaza y más de 15 años en la profesión o más de diez años en el puesto.

Además, según señalan los responsables de la investigación, los profesionales con mayor ausencia de logros personales atienden a más de 50 pacientes al día, mientras que la media de pacientes atendidos diariamente se sitúa en 43.

19/08/2003 - Europa Press

El estrés laboral es precursor de numerosas enfermedades físicas y mentales, según una experta

El estrés continuo e intenso originado en el entorno laboral puede ser el detonante de enfermedades físicas y mentales de distinta gravedad, según la socióloga Clara Llorens, que codirige el seminario Organización del trabajo, factores psicosociales, estrés y salud, enmarcado en la programación de los XIX Cursos de Verano de la Universidad de Cantabria.

Este seminario, que codirigen Llorens junto al epidemiólogo del Instituto Sindical de Trabajo, Ambiente y Salud, Salvador Moncada, y el secretario de Salud Laboral y Medio Ambiente de CC.OO., Jesús María Puente, ofrece una aproximación "pionera" a la evaluación de los factores de riesgo laboral de naturaleza psicosocial, señala la UC.

"Se han adaptado los instrumentos de evaluación que ya existían en los países nórdicos a la realidad del mercado de trabajo de España", declara la socióloga Clara

Llorens, para quien la presentación de estos métodos de evaluación supone un importante avance en la prevención de las enfermedades desencadenadas en el centro de trabajo.

"Además de los efectos en la salud mental, el estrés puede originar úlceras de estómago, contracturas y problemas gastrointestinales. Se calcula que entre un 15 y un 20 por ciento de los fallecimientos por enfermedades cardiovasculares tienen su origen en los riesgos psicosociales", apunta.

Además de ser un escaparate de este nuevo instrumento de prevención laboral, el seminario organizado en Laredo nace también con la intención de evidenciar los peligros que entraña el estrés, así como de desmitificar los tópicos que rodean este término, señalan.

"Muchos le restan importancia y creen que el problema tiene que ver con la personalidad de cada uno", destaca Llorens, quien considera que son las características de cada trabajo y no tanto las del individuo las que condicionan la aparición del estrés. Las exigencias psicológicas de la tarea, tales como la cantidad de trabajo, su naturaleza o la necesidad de unos conocimientos determinados, constituyen uno de los factores que redundan en la salud del trabajador.

El margen de autonomía, las posibilidades de desarrollo que permite la tarea y las compensaciones que se derivan de ésta, tanto económicas como de estabilidad laboral, contribuyen también a aumentar o reducir los riesgos laborales de naturaleza psicosocial.

"Cuanto más variada y menos repetitiva resulta la tarea, mejor para la salud". La relación con los compañeros de trabajo tampoco permanece ajena al aumento o disminución del estrés en el centro de trabajo. "Las relaciones en el entorno laboral basadas en el apoyo y en la ayuda redundan en beneficio de la salud del trabajador", añade.

01/07/2003 - Europa Press

La Unidad del Sueño del H. Virgen del Rocío (Sevilla) detecta anualmente cerca de 1.200 casos nuevos de apnea

La Unidad de Patología del Sueño del Hospital Virgen del Rocío de Sevilla atiende anualmente entre 1.000 y 1.200 casos nuevos de apnea del sueño, mientras que otros 4.500 enfermos acuden a revisiones, según informó a Europa Press el responsable de la Unidad, Francisco Capote.

La apnea del sueño se define como un problema respiratorio y del sueño, proveniente del colapso repetido del tubo respiratorio superior, que provoca pausas en la respiración durante el sueño. La causa más común es la obstrucción parcial o completa del flujo del aire respirado debida a la relajación de los músculos que rodean la garganta y lengua. Según explicó Capote, "la enfermedad es relativamente nueva y, por tanto, no se conoce bien en el ámbito de la Atención Primaria, por lo que los casos se derivan al hospital, de ahí, que haya una enorme proporción de revisiones".

Además, el responsable de la Unidad destacó que existen cerca de 3.500 pacientes tratados con un aparato compresor de aire, que produce aire a presión para evitar que se colapse la garganta, "lo que elimina los síntomas de la apnea si el paciente se lo pone todas las noches para dormir". Según explicó Capote, el uso de este equipo constituye el tratamiento habitual en los casos de apnea del sueño, "ya que presenta una eficacia del cien por cien, aunque existe un 20 por ciento de pacientes que no lo toleran".

Incidencia

Según los datos ofrecidos por Capote, "las enfermedades respiratorias durante el sueño son cada vez más frecuentes y continuarán aumentando". Los estudios epidemiológicos existentes señalan que el síndrome de la apnea del sueño presenta una frecuencia de entre el 2 y el 6 por ciento en la población adulta, siendo más habitual en hombres que en mujeres. Tal y como indicó Capote, "se estima que existe un 80 por ciento de personas que padecen apnea del sueño y que no están diagnosticadas". Además, el experto indicó que "es una enfermedad que los profesionales sanitarios están conociendo ahora, por lo que se espera un mayor crecimiento de los casos".

Consejos y tratamientos

Tal y como señaló Capote, las medidas para combatir el síndrome de apnea del sueño se dividen en tres grupos. El primero incluye tratamientos higiénico-dietéticos, en el que se integran recomendaciones sobre adelgazar, no tomar relajantes antes de dormir, adoptar determinadas posturas para dormir -- descartando permanecer boca arriba-- y no fumar. Junto a estas medidas, se sitúa el uso del compresor del aire y, finalmente, el tratamiento quirúrgico con el objetivo de ensanchar la garganta. Para Capote, en el tratamiento quirúrgico resulta "relativamente fácil" ampliar la parte alta de la garganta, "aunque en la parte baja --donde se ubica la lengua-- no se puede hacer nada". APNEA EN NIÑOS Por su parte, Capote señaló que el síndrome de la apnea del sueño en los niños se produce fundamentalmente por hipertrofia en amígdalas, por lo que se pueden curar operando. Además, el experto indicó que la incidencia de apnea en niños es del 1 por ciento, "con máxima frecuencia entre los dos y los ocho años, aunque no hay estudios epidemiológicos desarrollados en la población infantil".

Por su parte, en la distribución de la enfermedad en adultos, "la mayor frecuencia se produce en hombres, puesto que parece que a igualdad de peso en los hombres la grasa se acumula más en cuello, barriga y tórax, mientras que en las mujeres se acumula en las caderas". Por este motivo, la enfermedad tiene el doble de frecuencia en hombres que en mujeres. En hombres a partir de los 45-50 años y en las mujeres a partir de la menopausia. De otro lado, tal y como señaló Capote, "casi la mitad de los estudios del sueño son a domicilio (600 estudios registrados en la Unidad)". El futuro, según indicó el experto, "es realizar más estudios a domicilio y no hacer estudios de siesta, que sólo pueden aplicarse en enfermos con mucho sueño, ya que cada vez se ven enfermos más leves y son más difíciles de estudiar en la siesta".

Para Capote, en el síndrome de la apnea del sueño destacan tres síntomas fundamentales: ronquido habitual (todas las noches), observación por parte de la pareja fundamentalmente de que la respiración se para intermitentemente --el ronquido se ve interrumpido por pausas de silencio, en las que el paciente deja de respirar-- y somnolencia diurna excesiva (el paciente se queda dormido en situaciones que no son lógicas).

04/03/2003 - Europa Press