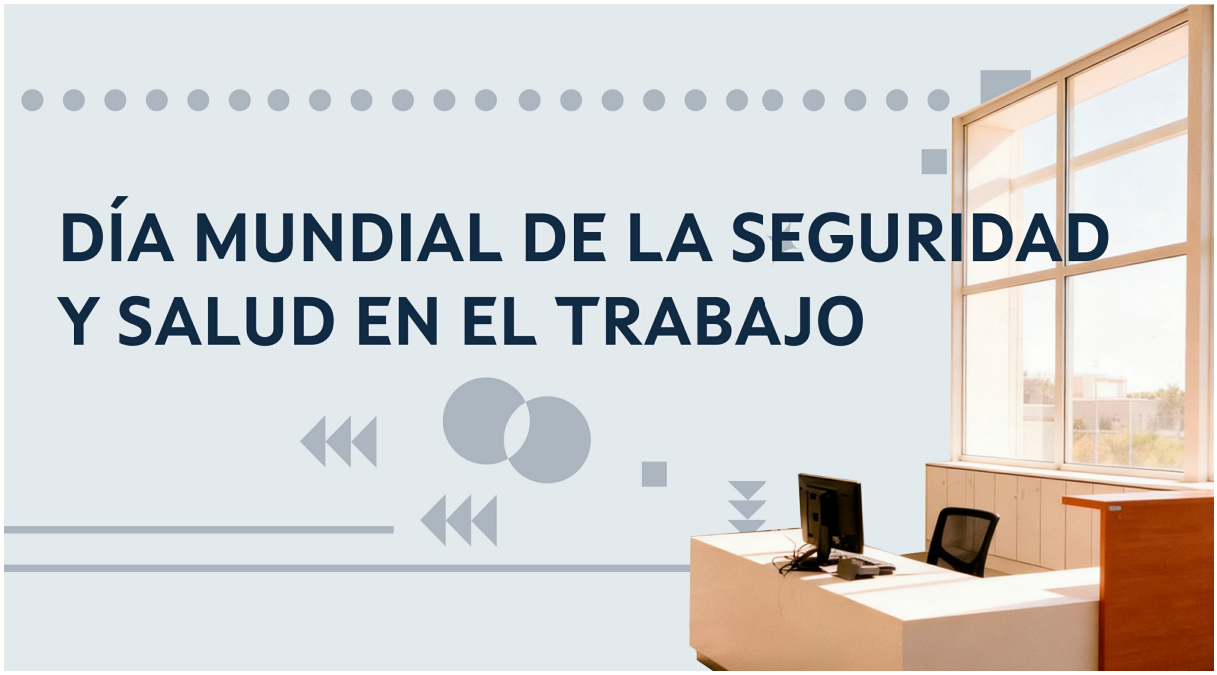
Día mundial de la seguridad y salud en el trabajo

Tiempo estimado de lectura: 4 min 30 seg

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



"Entornos de trabajo psicosociales saludables: Un camino hacia trabajadores realizados y organizaciones fuertes"

Con motivo de promover el trabajo seguro, saludable y digno, el día 28 de abril se celebra el **Día mundial de la Seguridad y Salud en el trabajo**, organizado por la Organización Internacional del Trabajo (OIT). Este año se centra en la promoción de "Entornos de Trabajo Psicosociales Saludables", para trabajadores y organizaciones, abordando la gestión de los riesgos mentales y físicos en el entorno laboral.

Los factores psicosociales —como la carga de trabajo y el tiempo de trabajo, la claridad de roles, la autonomía, el apoyo y los procesos justos y transparentes— influyen en la forma en que se experimenta el trabajo y repercuten en la seguridad, la salud y el desempeño de los trabajadores.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que cada año se pierden 12.000 millones de días laborales a causa de la depresión y la ansiedad. Además, según datos de la OCDE, en los países industrializados las jornadas de trabajo perdidas suponen entre el 3 % y el 6 % del PIB. En España, las cifras muestran un aumento muy significativo de los trastornos mentales asociados al trabajo. Entre 2018 y 2024, las bajas por síntomas emocionales aumentaron alrededor de un 490%; los diagnósticos de estrés grave crecieron un 230 % y los trastornos de ansiedad subieron un 120 %.

El **Instituto Nacional de Seguridad y Higiene en el Trabajo (INSST)**, realizó un diagnóstico de la Ergonomía en nuestro país, y los trastornos musculoesqueléticos continúan siendo una de las principales causas de incapacidad temporal con baja de más de 15 días. Además, durante el año 2024 representaron el 78 % del total de enfermedades profesionales inscritas, confirmando su papel predominante entre las patologías de origen laboral.

En relación al **cáncer**, se considera la **principal causa de muerte por enfermedad en el trabajo** en la Unión Europea. En España, se estima que podrían estar produciéndose en torno a los 8.000 casos de cáncer laboral al año. Sin embargo, la gran mayoría no son reconocidos cómo tales, por lo que suponen menos del 0,4 % del total de enfermedades profesionales comunicadas.

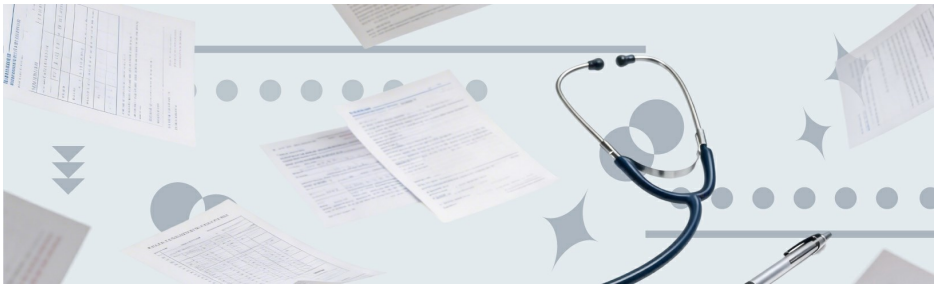


Las condiciones ambientales a las que está expuesta la población trabajadora que realiza trabajos a la intemperie también se considera un riesgo laboral añadido, y depende del estado meteorológico. Esto supone una dificultad añadida para que las empresas que realizan actividades en espacios abiertos puedan cumplir con el deber de protección de su personal. El cambio climático añade más incertidume sobre la potencial agresividad de los futuros escenarios de trabajo al aire libre.

En relación a los **profesionales sanitarios**, dado que su principal actividad consiste en el tratamiento y el cuidado de enfermos, los problemas de salud laboral más importantes que sufren provienen del contacto físico y emocional que establecen con los pacientes: el contagio de enfermedades infecciosas, como la tuberculosis, la hepatitis B y C, el Covid o el SIDA; las lesiones musculoesqueléticas ocasionadas por la carga de trabajo y la manipulación de enfermos; y las patologías de origen psicosocial (ansiedad, depresión, alteraciones digestivas, trastornos del sueño, etc.) impulsadas por situaciones de estrés o de burnout. Los fracasos terapéuticos, la atención especial que necesitan muchos enfermos, los casos urgentes, el trabajo a turnos, la forma de organizar el trabajo, la escasez de recursos, etc. son factores determinantes para la aparición de estos riesgos que, por otro lado, cada día adquieren más protagonismo entre el personal sanitario. A todo esto, debe añadirse el riesgo de sufrir agresiones y actos de violencia por parte de los enfermos o sus familiares, especialmente en servicios de urgencias y en Centros de Atención Primaria.

Otros problemas de salud que también son muy frecuentes entre el personal sanitario son las dermatitis producidas por el contacto con detergentes y con algunos materiales que componen los guantes. Tampoco hay que olvidar los pinchazos o los cortes ocasionados por agujas, tijeras, bisturís, cristales rotos, etc. o los golpes producidos por contacto con objetos estructurales y por caídas, así como la exposición a radiaciones no ionizantes en determinados servicios.

Desde la **Consellería de Sanidad, el Departamento de Estilos de Vida Saludables y la REGAPS** (Red Gallega de Promoción de la Salud) está llevando a cabo el programa "Trabajando con Salud", que pretende impulsar acciones de promoción de la salud y estilos de vida saludables así como cambios en el entorno laboral de los trabajadores, entre ellos, de los trabajadores sanitarios, mediante un modelo de ciclo de impulso para generar cambios condutuais que promuevan la alimentación saludable, la actividad física y el bienestar emocional.



Bibliografía:

1. https://www.ilo.org/es/temas-y-sectores/seguridad-y-salud-en-el-trabajo/dia-mundial-de-la-seguridad-y-salud-en-el-trabajo-2026

2. https://www.insst.es/el-insst-refuerza-su-liderazgo-t%C3%A9cnico-en-2026-a%C3%B1o-de-la-seguridad-y-salud-en-el-trabajo

3. https://www.insst.es/documents/94886/160426/N%C3%BAmero+56.+RIESGOS+LABORALES+DEL+PERSONAL+SANITARIO.pdf

4. https://www.sergas.gal/Saude-publica/Programa-Prevencion-Saude-Ambito-Laboral?idioma=es