Día mundial da seguridade e saúde no traballo

Tempo estimado de lectura: 4 min 30 seg

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



"Contornas de traballo psicosociais saudables: Un camiño hacia traballadores realizados e organizacións fortes"

Co gallo de promover o traballo seguro, saudable e digno, o día 28 de abril celébrase o **Día mundial da Seguridade e Saúde no traballo**, organizado pola Organización Internacional do Traballo (OIT). Este ano céntrase na promoción de **"Contornas de Traballo Psicosociais Saudables"**, para traballadores e organizacións, abordando a xestión dos riscos mentais e físicos no entorno laboral.

Os factores psicosociais —como a carga de traballo e o tempo de traballo, a claridade de roles, a autonomía, o apoio e os procesos xustos e transparentes— inflúen na forma en que se experimenta o traballo e repercuten na seguridade, a saúde e o desempeño dos traballadores.

A Organización Mundial da Saúde (OMS) estima que cada ano se perden 12.000 millóns de días laborais a causa da depresión e a ansiedade. Además, según datos da OCDE, nos países industrializados as xornadas de traballo perdidas supoñen entre o 3 % e o 6 % do PIB. En España, as cifras amosan un aumento moi significativo dos trastornos mentais asociados ao traballo. Entre 2018 e 2024, as baixas por síntomas emocionais aumentaron perto dun 490%; os diagnósticos de estrés grave creceron un 230 % e os trastornos de ansiedade subiron un 120 %.

O **Instituto Nacional de Seguridade e Hixiene no Traballo (INSST)**, realizou un diagnóstico da Ergonomía no noso país, lembrando que os trastornos musculoesqueléticos continúan sendo unha das principais causas de incapacidade temporal con baixa de máis de 15 días. Ademais, durante 2024 representaron o 78 % do total de enfermidades profesionais rexistradas,

confirmando o seu papel predominante entre as patoloxías de orixe laboral.

En relación ao **cancro**, considérase a **principal causa de morte por enfermidade no traballo** na Unión Europea. En España, estímase que poderían estar producíndose en torno aos 8.000 casos de cancro laboral ao ano. Porén, a gran maioría non son recoñecidos como tales, polo que supoñen menos do 0,4 % do total de enfermidades profesionais comunicadas.

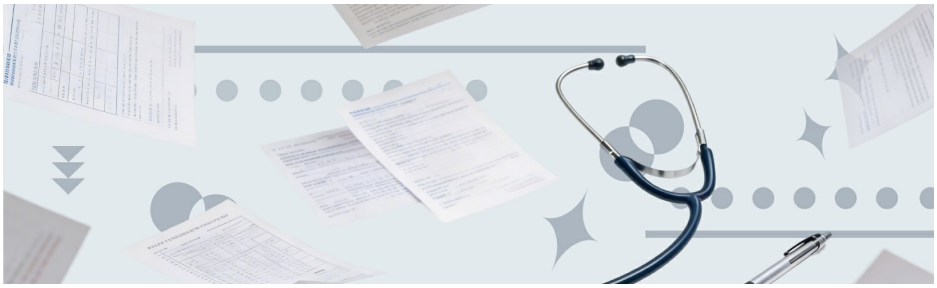


As **condicións ambientais** ás que está exposta a poboación traballadora que realiza traballos á intemperie tamén se considera un risco laboral añadido, e depende do estado do tempo meteorolóxico. Isto supón unha dificultade engadida para que as empresas que realizan actividades en espazos abertos poidan cumplir co deber de protección do seu persoal. O cambio climático engade máis incertidume sobre a potencial agresividade dos futuros escenarios de traballo ao aire libre.

En relación aos **profesionais sanitarios**, dado que a súa principal actividade consiste no tratamento e o coidado de enfermos, os problemas de saúde laboral máis importantes que sofren proveñen do contacto físico e emocional que establecen cos pacientes: o contaxio de enfermidades infecciosas, como a tuberculose, a hepatite B e C, a Covid ou a SIDA; as lesións musculoesqueléticas ocasionadas pola carga de traballo e a manipulación de enfermos; e as patoloxías de orixe psicosocial (ansiedade, depresión, alteracións dixestivas, trastornos do sono, etc.) impulsadas por situacións de estrés ou de burnout. Os fracasos terapéuticos, a atención especial que necesitan moitos enfermos, os casos urxentes, o traballo a quendas, a forma de organizar o traballo, a escaseza de recursos, etc. son factores determinantes para a aparición destes riscos que, doutra banda, cada día adquiren máis protagonismo entre o persoal sanitario. A todo isto, debe engadirse o risco de sufrir agresións e actos de violencia por parte dos enfermos ou os seus familiares, especialmente en servizos de urxencias e en Centros de Atención Primaria.

Outros problemas de saúde que tamén son moi frecuentes entre o persoal sanitario son as dermatites producidas polo contacto con deterxentes e con algúns materiais que compoñen as luvas. Tampouco hai que esquecer as picadas ou os cortes ocasionados por agullas, tesoiras, bisturís, cristais rotos, etc. ou os golpes producidos por contacto con obxectos estruturais e por caídas, así como a exposición a radiacións non ionizantes en determinados servizos.

Dende a **Consellería de Sanidade, o Departamento de Estilos de Vida Saudables e a REGAPS (Rede Galega de Promoción da Saúde)** está levando a cabo o programa **"Traballando con Saúde"**, que pretende impulsar accións de promoción da saúde e estilos de vida saudables así como cambios na contorna laboral dos traballadores, entre eles, dos traballadores sanitarios, mediante un modelo de ciclo de impulso para xerar cambios condutuais que promovan a alimentación saudable, a actividade física e o benestar 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