

A EUROPEAN CAMPAIGN ON MUSCULOSKELETAL DISORDERS



LIGHTEN THE LOAD 2007



European Agency
for Safety and Health
at Work

<http://ew2007.osha.europa.eu>

El problema de salud ligado al trabajo más común en Europa

- Un 25% de los trabajadores europeos declara sufrir dolores de espalda; otros tantos sufren dolores musculares. En los nuevos Estados miembros esta cifra alcanza casi el 40%
- La agricultura y la construcción son los sectores donde más dolencias musculoesqueléticas se registran. Sin embargo, todos los sectores se ven afectados
- Durante al menos una cuarta parte de su tiempo de trabajo:
 - dos tercios de los trabajadores realizan movimientos repetitivos con las manos y los brazos
 - un 50% de los mismos trabaja en posturas dolorosas o fatigantes
 - un tercio desplaza o levanta cargas pesadas



Los TME afectan.....

- A los músculos, articulaciones, tendones, ligamentos y nervios de la espalda, el cuello, los hombros y las extremidades superiores e inferiores
- Los factores de riesgo, de forma aislada o en combinación, incluyen:
 - factores físicos: esfuerzos, movimientos repetitivos, vibraciones, posturas difíciles
 - factores organizativos: poca autonomía o satisfacción laboral, trabajo repetitivo a un ritmo rápido
 - factores individuales: historial médico, capacidad física, edad, sexo



Aligera la carga

- Una campaña europea para luchar contra los TME en el puesto de trabajo
- Profundiza en la campaña europea del año 2000
- Apoyada por las Presidencias alemana y portuguesa del Consejo de la UE, el Parlamento Europeo, la Comisión Europea y los interlocutores sociales europeos
- Culminará con la Semana Europea para la Salud y la Seguridad en el Trabajo (22 al 26 de octubre de 2007)



Aligera la carga — objetivos

- La campaña promueve una estrategia de gestión integral con tres elementos:
 - Los empresarios, los empleados y los representantes de los Gobiernos trabajan conjuntamente
 - Se centra en la “carga que afecta a todo el cuerpo”, es decir, las tensiones a que está sometido el cuerpo, así como las cargas que los trabajadores desplazan
 - Gestiona la conservación, rehabilitación y vuelta al trabajo de las personas afectadas por los TME



Los TME pueden prevenirse si se toman las medidas adecuadas

- La lucha contra los TME es responsabilidad de todos:
 - Los empresarios están obligados legalmente a evaluar los riesgos en el puesto de trabajo y a proteger a los trabajadores
 - La seguridad no es sólo responsabilidad de los empresarios: también los trabajadores deberán cooperar para protegerse a sí mismos
 - Los encargados y las instituciones de SST, los representantes de los Gobiernos y los responsables políticos también desempeñan un papel importante



¿Dónde encontrar más información?

- El sitio web de la campaña “Aligera la carga” contiene información y consejos que le ayudarán a cuidar su salud en el trabajo - <http://ew2007.osha.europa.eu>
- En el punto de acceso único de los TME - <http://osha.europa.eu/topics/msds>

