



SECCIÓN SINDICAL ESTATAL BANCO SABADELL

Plaça Catalunya,1 08201 Sabadell Tel: 937289379 Fax: 937256361 CPI. 0901-0107
FEDERACION DE SERVICIOS Correo Electrónico: ugtsscc@bancsabadell.com - Página WEB: www.ugtgrupbs.org

UGT CREA UN PROGRAMA DE AVISOS PARA PREVENIR RIESGOS LABORALES EN EL TRABAJO ANTE EL ORDENADOR

El 21,3% de los trabajadores de administración y banca consume frecuentemente analgésicos, y el 5,2%, psicofármacos, por problemas de salud derivados del trabajo.

La Oficina Técnica de Prevención de Riesgos Laborales de la UGT de Catalunya ha elaborado una Guía de prevención para usuarios de pantallas de visualización de datos (PVD), es decir, para trabajadores y trabajadoras que utilizan habitualmente el ordenador. La guía incluye la normativa española sobre seguridad y salud en el trabajo con equipos que incluyen pantallas, **los riesgos que puede ocasionar el trabajo con el ordenador (fatiga visual, fatiga mental, y fatiga física y muscular)** y qué se puede hacer por eliminar o minimizar estos efectos sobre la salud.

Junto con la guía, la UGT de Catalunya ha elaborado un **programa que te puedes descargar e instalar fácilmente al ordenador y que cada 40 minutos te avisa para que hagas descansos o pequeños ejercicios para estirar el cuerpo, evitar malas posturas, etc.**

Cuando hablamos de riesgos y siniestralidad laboral normalmente pensamos en trabajos en la industria o la construcción, pero el trabajo de oficina y con ordenadores también puede provocar daños a nuestra salud si no hacemos la prevención adecuada. Estas son algunos de los datos que encontramos en la V Encuesta Nacional de Condiciones de Trabajo (Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, 2003) sobre los trabajadores y trabajadoras de administración y banca:

- El 6,5% presenta tres o más síntomas de estrés (alteraciones del sueño, cansancio, cefalea, carencia de concentración, carencia de memoria e irritabilidad).
- El 21,3% consume frecuentemente analgésicos, y el 5,2%, psicofármacos.
- Síntomas más frecuentes de estos trabajadores y trabajadoras:
 - o Le cuesta dormir o duerme mal: 16%.
 - o Tiene sensación continua de cansancio: 13,9%.
 - o Sufre cefalea: 19,6%.
 - o Sufre mareos: 5,9%.
 - o Le cuesta concentrarse, mantener la atención: 6,4%.
 - o Le cuesta acordarse de las cosas o se olvida fácilmente: 8,9%.
 - o Se nota tenso, irritable: 8,9%.
 - o Tiene problemas en la vista: 18,3%.
 - o Bajo estado de ánimo: 7,4%.
- Motivos más frecuentes de consulta médica de los trabajadores y trabajadoras con equipos informáticos: mal de espaldas (frecuencia del 8,6%), dolor de garganta (7,5%), dolor de cabeza (3,8%), alteraciones de la visión o fatiga visual (3,7%).

En nuestra web www.ugtgrupbs.org podéis encontrar los Capítulos de la Guía, así como el enlace para que os podéis descargar e instalar el programa en vuestro ordenador.

Octubre, 2007

Boletín de afiliación a UGT

Remitir a UGT Banco Sabadell CPI: **0901-0107**

Nombre y apellidos: _____

Domicilio: _____ Población: _____

CP: _____ Centro de Trabajo: _____ Clave Oficina /Dpto.: _____ CPI: _____

Datos domiciliación bancaria cuota

Firma: _____

C.C.C. ____ / ____ / ____ / _____

Fecha: ____ / ____ / _____