



FEDERACION DE SERVICIOS

SECCIÓ SINDICAL ESTATAL BANC SABADELL

Plaça Catalunya,1 08201 Sabadell Tel: 937289379 Fax: 937256361 CPI. 0901-0107
Correo Electrónico: ugtsscc@bancsabaddell.com - Pàgina WEB: www.ugtgrupbs.org

LA UGT DE CATALUNYA CREA UN PROGRAMA D'AVISOS PER PREVENIR RISCOS LABORALS EN EL TREBALL DAVANT DE L'ORDINADOR

El 21,3% dels treballadors d'administració i banca consumeix freqüentment analgèsics, i el 5,2%, psicofàrmacs, per problemes de salut derivats de la feina

L'Oficina Tècnica de Prevenció de Riscos Laborals de la UGT de Catalunya ha elaborat una Guia de prevenció per a usuaris de pantalles de visualització de dades (PVD), és a dir, per a treballadors i treballadores que utilitzen habitualment l'ordinador. La guia inclou la normativa espanyola sobre seguretat i salut en el treball amb equips que inclouen pantalles, **els riscos que pot ocasionar el treball amb l'ordinador (fatiga visual, fatiga mental, i fatiga física i muscular)** i què es pot fer per eliminar o minimitzar aquests efectes sobre la salut.

Juntament amb la guia, la UGT de Catalunya ha elaborat **un programa que et pots descarregar e instal·lar fàcilment a l'ordinador i que cada 40 minuts t'avisava perquè facis descansos o petits exercicis per estirar el cos, evitar males postures, etc.**

Quan parlem de riscos i sinistralitat laboral normalment pensem en feines a la indústria o la construcció, però el treball d'oficina i amb ordinadors també pot provocar danys a la nostra salut si no fem la prevenció adequada. **Aquestes són algunes de les dades que trobem a la V Enquesta Nacional de Condicions de Treball (Ministeri de Treball i Afers Socials, 2003) sobre els treballadors i treballadores d'administració i banca:**

- El 6,5% presenta tres o més símptomes d'estrès (alteracions de la son, cansament, cefalea, manca de concentració, manca de memòria i irritabilitat).
- El 21,3% consumeix freqüentment analgèsics, i el 5,2%, psicofàrmacs.
- Símptomes més freqüents d'aquests treballadors i treballadores:
 - o Li costa dormir o dorm malament: 16%.
 - o Té sensació contínua de cansament: 13,9%.
 - o Pateix cefalea: 19,6%.
 - o Pateix mareigs: 5,9%.
 - o Li costa concentrar-se, mantenir l'atenció: 6,4%.
 - o Li costa enrecordar-se de les coses o se n'oblida fàcilment: 8,9%.
 - o Es nota tens, irritable: 8,9%.
 - o Té problemes a la vista: 18,3%.
 - o Baix estat d'ànim: 7,4%.
- Motius més freqüents de consulta mèdica dels treballadors i treballadores amb equips informàtics: mal d'esquena (freqüència del 8,6%), mal de coll (7,5%), mal de cap (3,8%), alteracions de la visió o fatiga visual (3,7%).

En la nostra web www.ugtgrupbs.org podeu trobar els Capítols de la Guia, així com l'enllaç per que us podeu descarregar i instal·lar el programa al vostre ordinador.

Octubre, 2007

Butlleta d'afiliació a la UGT Remetre a UGT Banc Sabadell CPI: **0901-0107**

Nom i cognoms: _____

Domicili: _____ Població: _____

CP: _____ Centre de treball: _____ Clau Oficina /Dept.: _____ CPI: _____

Dades domiciliació bancària quota _____ Signatura: _____

c/c _____ / _____ / _____ / _____ Data: _____ / _____ / _____