



Organización  
Internacional  
del Trabajo

# Frente a la pandemia: garantizar la seguridad y salud en el trabajo

LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



► PUEDE SALVAR VIDAS

## ► Epidemias y pandemias en el siglo XXI

### Orígenes

Resurgir de enfermedades epidémicas conocidas (Ebola, cólera, fiebre amarilla, infección por el VIH, etc.)

Epidemias causadas por patógenos de reciente aparición (SARS, gripe H1N1, MERS, Covid-19)

### Dinámica

1. Aparición en una comunidad
2. Brote con transmisión localizada
3. Amplificación del brote en una epidemia o pandemia
4. Reducción de la transmisión

### Difusión mundial

**Transmisión a un ritmo sin precedentes**

- Integración global
- Viajes
- Urbanización

## ▶ La pandemia de COVID-19

Enero de 2020:  
Brote de una nueva enfermedad  
coronavírica en Hubei (China)

11 de marzo de 2020:  
la OMS declaró el brote del  
coronavirus COVID-19 como una  
pandemia.

### ▶ Impacto en el mundo del trabajo

- ▶ Mayor **desempleo** y el **subempleo**
- ▶ Peores **condiciones de SST y de trabajo**
- ▶ Acceso reducido a la **protección social**
- ▶ Efectos particularmente negativos en grupos específicos que son más **vulnerables** a los resultados adversos del mercado de trabajo

## ► ¿Por qué un enfoque en la seguridad y la salud en el trabajo?

- Identificar trabajadores / ocupaciones / sectores con mayor **riesgo de contagio**
- Implementar **medidas de control y prevención** basadas en la evaluación de riesgos
- En colaboración con las autoridades de salud pública, difundir **información** sobre las medidas de prevención y protección para reducir la propagación de las enfermedades infecciosas



► **Derechos y  
responsabilidades  
en materia de SST  
según las normas de  
la OIT**

## ► Funciones y responsabilidades de los empleadores

- Garantizar, en la medida en que sea razonable y factible, que los lugares de trabajo, la maquinaria, el equipo y las operaciones y procesos que estén bajo su control son seguros y no entrañan riesgo alguno para la seguridad y la salud de los trabajadores
- Garantizar, en la medida en que sea razonable y factible, que los agentes y las sustancias químicas, físicos y biológicos que estén bajo su control no entrañan riesgos para la salud cuando se toman medidas de protección adecuadas
- Suministrar, cuando sea necesario, ropas y equipos de protección apropiados (sin ningún costo para el trabajador)
- Prever, cuando sea necesario, medidas para hacer frente a situaciones de urgencia y a accidentes, incluidos medios adecuados para la administración de primeros auxilios
- Asegurar que los trabajadores y sus representantes son consultados, reciben información y una formación adecuada en materia de SST

Convenio (núm. 155) y Recomendación (núm. 164) sobre seguridad y salud de los trabajadores

## ► Derechos y responsabilidades de los trabajadores

- Derecho a interrumpir una situación de trabajo si cree, por motivos razonables, que ésta entraña un peligro inminente y grave para su vida o su salud, sin sufrir consecuencias injustificadas
- Derecho a recibir información y formación adecuadas sobre la SST
- Derecho a informarse (y ser consultados) sobre todos los aspectos de la SST relacionados con su trabajo
- Deber de cooperar con el empleador en el ámbito de la SST (cumplir las instrucciones y procedimientos de SST, utilizar correctamente los EPP, informar su superior de las situaciones de trabajo peligrosas, etc.)

Convenio (núm. 155) y Recomendación (núm. 164) sobre seguridad y salud de los trabajadores

► **Protección de los  
trabajadores contra  
el riesgo de contagio  
durante un brote**

## ► Evaluación del riesgo de contagio en el trabajo

- La **probabilidad** de exponerse al contagio, teniendo en cuenta la característica de la enfermedad infecciosa (es decir, las pautas de transmisión) y la posibilidad de que los trabajadores puedan encontrarse con personas infectadas o puedan estar expuestos a entornos o materiales contaminados (por ejemplo, muestras de laboratorio, desechos) en el desempeño de sus funciones
- La **gravedad** de los resultados sanitarios resultantes, teniendo en cuenta los factores que afectan a cada persona (incluida la edad, las enfermedades subyacentes y las condiciones de salud), así como las medidas disponibles para controlar el impacto de la infección

## ▶ Trabajadores de respuesta a la emergencia

- ▶ Trabajadores sanitarios
- ▶ Personal de laboratorio
- ▶ Trabajadores funerarios
- ▶ Trabajadores del transporte de emergencia
- ▶ Limpiadores y trabajadores de la gestión de desechos en instalaciones sanitarias y de urgencias
- ▶ Otros (agentes de policía, personal de protección civil, personal militar, bomberos)



## ▶ **Trabajadores de respuesta a la emergencia** **Riesgo de contagio**

- ▶ Contacto con pacientes y compañeros de trabajo infectados
- ▶ Contacto con sangre, tejidos y fluidos corporales infectados
- ▶ Contacto con cuerpos de personas que han muerto por enfermedades altamente infecciosas
- ▶ Contacto con materiales, superficies y ambientes contaminados
- ▶ Equipo médico y EPP que no han sido utilizados, limpiados y desinfectados adecuadamente



## ▶ **Trabajadores de respuesta a la emergencia** **Ejemplos de medidas para prevenir el contagio**

- ▶ **Controles ambientales y de ingeniería**, con el objetivo de reducir la propagación de patógenos y la contaminación de superficies y objetos (distancia física entre los pacientes y los trabajadores sanitarios/de emergencia, salas de aislamiento bien ventiladas, etc.)
- ▶ **Medidas administrativas** destinadas a prevenir los comportamientos de riesgo (procedimientos de prevención y control de las infecciones, formación en SST, control y la vigilancia de la salud de los trabajadores, etc.)
- ▶ **EPP apropiados** y formación sobre cómo ponérselo, quitárselo y deshacerse de él



## ▶ Trabajadores en los servicios esenciales

- ▶ Los trabajadores que **interactúan con personas potencialmente infecciosas** (trabajadores de tiendas y supermercados, bancos, escuelas, servicios de reparto, restaurantes, instalaciones deportivas y turísticas, etc.)
- ▶ Los trabajadores que realizan tareas **en espacios limitados y con alta concentración de personas**, dada su proximidad con otros trabajadores (fábricas, centros de llamadas, oficinas de espacio abierto, etc.)



## ▶ Ejemplos de medidas para prevenir el contagio

- ▶ **Distancia física** (introducir turnos de trabajo, hacer llamadas telefónicas y celebrar reuniones virtuales, etc.)
- ▶ **Higiene** (proporcionar desinfectante para las manos, fomentar una buena higiene respiratoria en el lugar de trabajo, etc.)
- ▶ **Limpieza** (limpiar y desinfectar regularmente las superficies de los escritorios, puestos y objetos de trabajo, desinfección periódica de las zonas comunes como los baños, etc.)
- ▶ **Formación y comunicación** (sobre las medidas adoptadas, sobre su derecho a interrumpir una situación laboral que suponga un peligro inminente y grave para la vida o la salud, etc.)
- ▶ **Equipos de protección personal (EPP)**
- ▶ **Respuesta** (disponer el aislamiento de toda persona que desarrolle síntomas de la COVID-19 en el lugar de trabajo, desinfectar adecuadamente el lugar de trabajo, proporcionar vigilancia sanitaria a las personas que hayan estado en estrecho contacto con el trabajador infectado, etc.)

## ▶ Trabajadores informales

Muchos de estos trabajadores:

- ▶ Deben trabajar a pesar de las restricciones de movimiento y de interacción social
- ▶ No pueden cumplir con las medidas y precauciones de SST
- ▶ Carecen de protección suficiente (por ejemplo, protección social, licencia por enfermedad, prestaciones de desempleo)



# ► Manejo del estrés, los riesgos psicosociales y la violencia y el acoso

## ► Estrés y factores psicosociales durante una pandemia

### Factores psicosociales comunes

- Temor por el propio bienestar o el de los miembros de la familia y los compañeros de trabajo
- Falta de EPP
- Aislamiento
- Falta de apoyo social o de tejido social;
- Tensión entre los protocolos de seguridad establecidos y el deseo de cuidar o apoyar a las personas
- Dificultad para mantener actividades de autocuidado (ejercicio, buenos hábitos alimentarios, horas de Descanso, etc.)

### Reacciones comunes

- Estrés
- Estado de ánimo bajo
- Baja motivación
- Ansiedad y depresión
  
- Efectos graves en la salud mental

## ▶ Inseguridad laboral

- ▶ Una gran proporción de trabajadores, empresarios y trabajadores por cuenta propia sin trabajo
- ▶ Imposición de cierre temporal de las empresas (por ejemplo, durante el confinamiento)
- ▶ cambios en los procesos y disposiciones laborales



### **Incertidumbre presente y futura de la situación laboral**

- ▶ Mayor estrés
- ▶ Ansiedad, depresión y agotamiento
- ▶ Baja motivación
- ▶ Bajo cumplimiento de las medidas de seguridad (mayor número de lesiones relacionadas con el trabajo)

## ▶ **Trabajadores en la respuesta de emergencia y en servicios esenciales.** **Factores psicosociales comunes**

- ▶ Temor a infectarse en el trabajo y luego transmitir la enfermedad a la familia
- ▶ Falta de acceso a EPP y soporte
- ▶ Entornos de trabajo con baja capacidad para aplicar medidas óptimas de SST
- ▶ Mayor carga de trabajo (reducción de personal, turnos más largos y consecutivos).
- ▶ Reducción de los periodos de descanso
- ▶ Aumento de la violencia y el acoso (tanto físico como psicológico)
- ▶ Aumento del estigma social y la discriminación (debido a la percepción de un vínculo con una enfermedad)

### **Mayor fatiga y estrés**

- ▶ Repercusiones negativas en el la salud y bienestar mental
- ▶ Aumento del riesgo de lesiones profesionales y accidentes del trabajo

## ▶ **Trabajadores en la respuesta de emergencia y en servicios esenciales. Ejemplos de medidas para prevenir y reducir el estrés**

- ▶ Buena comunicación e información actualizada
- ▶ Sesiones multidisciplinarias para identificar preocupaciones y buscar juntos soluciones a los problemas
- ▶ Lista de verificación para evaluar los puntos fuertes y limitaciones personales, y reconocer los signos de estrés y agotamiento
- ▶ Red de compañerismo para proporcionar apoyo psicológico y vigilar el estrés y el agotamiento
- ▶ Períodos de descanso regulados para hacer suficientes pausas durante la jornada laboral
- ▶ Posibilidades para promover la salud física (ejercicio, hábitos alimentarios saludables, etc.)
- ▶ Apoyo psicológico para que los trabajadores compartan miedos y preocupaciones de manera confidencial
- ▶ Modelos de conducta (directivos/supervisores se comportan de maneras que muestran cómo mitigar el estrés)
- ▶ Campañas dirigidas a reducir el estigma
- ▶ Técnicas participativas que promuevan el diálogo, soluciones innovadoras y cambios positivos de actitud

## ▶ **Personas que trabajan desde sus domicilios** **Factores psicosociales comunes**

- ▶ Aislamiento
- ▶ Horas de trabajo excesivas
- ▶ Desdibujamiento de las líneas entre el trabajo y la vida familiar
- ▶ Cargas múltiples (responsabilidades del trabajo, tareas domésticas, cuidados a los miembros de la familia, maestros para los niños, etc.)
- ▶ Frustración y aburrimiento
- ▶ Violencia doméstica



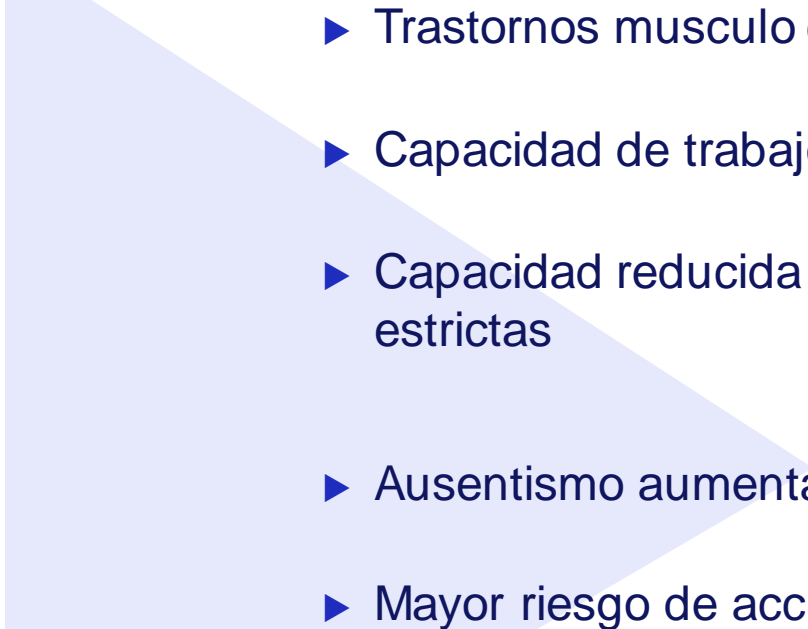
## ▶ **Personas que trabajan desde sus domicilios**

### **Ejemplos de medidas para prevenir y reducir el estrés**

- ▶ Expectativas claras (objetivos, tareas, etc.)
- ▶ Flexibilidad
- ▶ Desconexión del trabajo en horas específicas reservadas para el descanso y la vida personal
- ▶ Equipos apropiados (computadoras portátiles, aplicaciones para el teletrabajo, apoyo informático adecuado, etc.) y espacio dedicado al trabajo
- ▶ Formación
- ▶ Buen sistema de comunicación
- ▶ Servicios de apoyo, como programas de asistencia al trabajador

# ► Gestión de otros riesgos relacionados con la SST

## ▶ Riesgos ergonómicos

- ▶ Manipulación manual de cargas
  - ▶ Posturas incómodas y forzadas
  - ▶ ... asociados con duración mayor de la jornada laboral, mayor carga de trabajo y alta presión
- 
- ▶ Trastornos musculo esqueléticos
  - ▶ Capacidad de trabajo disminuida
  - ▶ Capacidad reducida para seguir prácticas laborales estrictas
  - ▶ Ausentismo aumentado
  - ▶ Mayor riesgo de accidentes laborales

## ▶ Riesgos derivados del uso de EPP pesados

Los trabajadores sanitarios también pueden enfrentarse a riesgos derivados del uso prolongado de EPP pesados:

- ▶ Estrés térmico y la deshidratación
- ▶ Mareos
- ▶ Marcas en la frente y la cara



## ▶ Productos químicos

La limpieza y la desinfección con productos químicos se convierten a menudo en elementos clave para frenar el contagio en los lugares de trabajo

El **hipoclorito de sodio** y el **amonio cuaternario** (que se utilizan con frecuencia para desinfectar contra el Covid-19) pueden:

- ▶ conllevar un mayor riesgo de EPOC
- ▶ afectar la fertilidad
- ▶ afectar los síntomas del asma

Es importante que todos los trabajadores reciban una formación adecuada sobre el uso correcto y seguro de estas sustancias químicas y que se les informe sobre sus riesgos y niveles de exposición

## ▶ Personas trabajando desde casa

El entorno doméstico, a menudo no cumple las mismas normas de SST que las que observan los lugares de trabajo oficiales, en relación a:

- ▶ instalaciones y equipos
- ▶ entorno físico (como el calor, el frío, la iluminación, la seguridad eléctrica, la higiene del hogar, etc.)

Debería informarse adecuadamente a los trabajadores sobre:

- ▶ el modo de situar la pantalla para no causar deslumbramiento
- ▶ la colocación del equipo de manera que se reduzca al mínimo la torsión o el exceso de alcance
- ▶ la alternación de las tareas para cambiar posiciones;
- ▶ tomarse pausas regulares y levantarse y moverse durante un minuto cada hora

▶ **Esfuerzos conjuntos para  
proteger la salud y seguridad  
de todos**

## ► Pilares fundamentales de la OIT para responder a la crisis causada por el COVID-19

- **Estimular la economía y el empleo**, a través de una política fiscal activa, una orientación flexible de la política monetaria y préstamos y ayuda financiera a sectores específicos, incluido el sector de la salud
- **Apoyar a las empresas, el empleo y los ingresos**, mediante la ampliación de la protección social a toda la población, la aplicación de medidas de mantenimiento del empleo y el ofrecimiento a las empresas de ayuda financiera/fiscal y otros medios de alivio
- **Proteger a los trabajadores en el lugar de trabajo**, reforzando las medidas de SST, adaptando las modalidades de trabajo (por ejemplo, el teletrabajo), previniendo la discriminación y la exclusión, proporcionando acceso a la salud a toda la población y ampliando el recurso a una licencia remunerada
- **Buscar soluciones mediante el diálogo social**, a través del fortalecimiento de la capacidad y la resiliencia de las organizaciones de empleadores y de trabajadores, el fortalecimiento de la capacidad de los gobiernos y del diálogo social, la negociación colectiva y las instituciones y mecanismos de las relaciones laborales

## ► Integrar la SST en las respuestas nacionales a las crisis

- ▶ Promover condiciones de trabajo seguras y decentes, que incluyan el suministro de equipos de protección personal y de atención médica para todos los trabajadores, incluidos aquellos que participan en las actividades de rescate y rehabilitación
- ▶ Revisar, establecer, restablecer o reforzar la legislación laboral, según sea necesario, incluidas las disposiciones sobre la protección de los trabajadores y la seguridad y salud en el trabajo.

Recomendación sobre el empleo y el trabajo decente para la paz y la capacidad de recuperación,  
2017 (núm. 205)

## ▶ **Diálogo social sobre SST en tiempos de pandemia**

### **Los empleadores y sus organizaciones**

- ▶ Cooperar con el gobierno para elaborar medidas de política que propicien la capacidad de recuperación y la sostenibilidad de las empresas
- ▶ Aplicar los consejos proporcionados por las autoridades nacionales y locales
- ▶ Comunicar la información importante a los trabajadores
- ▶ Elaborar un plan de continuidad de las operaciones
- ▶ Identificar y mitigar los riesgos en el lugar de trabajo que se deriven del brote
- ▶ Promover la higiene en el lugar de trabajo

### **Los trabajadores y sus organizaciones**

- ▶ Participar en la toma de decisiones y en las respuestas políticas a las epidemias
- ▶ Cooperar activamente con los empleadores en la aplicación de las medidas de prevención y protección
- ▶ Seguir estrictamente las prácticas de higiene del lugar de trabajo y adoptar un comportamiento responsable

## ▶ La función particular de los especialistas en SST

- ▶ Facilitar el acceso a información fiable
- ▶ Promover la comprensión de la enfermedad y sus síntomas
- ▶ Apoyar en el proceso de evaluación y control de los riesgos (a saber, la identificación de los peligros infecciosos y no infecciosos y la evaluación de los riesgos asociados; la adopción de medidas preventivas y de control, y la vigilancia y el examen),
- ▶ Ayudar en la elaboración o actualización de planes de prevención, contención, mitigación y recuperación



Organización  
Internacional  
del Trabajo

Detengamos  
la pandemia

LA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO



**Gracias**

[www.ilo.org/safeday](http://www.ilo.org/safeday)

► **PUEDE SALVAR VIDAS**