



## MANIFIESTO CSIF SEMANA EUROPEA DE LA SEGURIDAD Y SALUD 2021

### Lanzamos una campaña en los centros de trabajo sobre los riesgos de los trastornos músculo esqueléticos

La **Central Sindical Independiente y de Funcionarios (CSIF)**, sindicato más representativo en las administraciones públicas y con presencia creciente en el sector privado, se suma un año más a la [Campaña Europea 2020-2022 "Trabajos saludables: relajemos las cargas"](#) de la Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo (EU-OSHA).

Así, en la **Semana Europea de la Seguridad y Salud en el Trabajo 2021** (18 al 22 de octubre 2021), **CSIF** lanza la campaña **"HAZ UNA PAUSA ACTIVA Y SUELTA TU CARGA. EVITEMOS LOS TRASTORNOS MUSCULO ESQUELÉTICOS (TME)"**, cuyo objetivo es sensibilizar sobre este tipo de trastornos que encabezan la lista de problemas de salud relacionados con el empleo, reduciendo la calidad de vida y la capacidad de trabajo y exigir que se apliquen medidas preventivas y de control.

Los TME de origen laboral son alteraciones que sufren las estructuras corporales como los músculos, articulaciones, tendones, ligamentos, nervios y huesos, causadas o agravadas fundamentalmente por el trabajo. Afectan principalmente a la espalda, cuello, hombros y extremidades superiores, aunque también pueden detectarse en las inferiores.

Este tipo de dolencias de origen laboral son las más habituales y están presentes en todas las modalidades de trabajo y sectores (sanitarios, sociosanitarios, administrativos, peones, transportistas, bomberos, policías, profesionales de limpieza, hostelería, construcción, etc.). Constituyen una de las principales causas de baja y jubilación anticipada en Europa.

La mayor parte de los TME son trastornos acumulativos, resultado de una exposición constante a cargas más o menos pesadas durante un periodo de tiempo prolongado, a movimientos repetitivos, a posturas inadecuadas y a sedentarismo.

Pero también han aparecido nuevos factores que agravan estas dolencias y la pandemia, el teletrabajo, el sedentarismo, así como el síndrome del Covid Persistente, también están provocando un impacto notable sobre los trastornos musculo esqueléticos

En **España** en el **año 2020**, según los datos publicados por el Ministerio de Trabajo y Economía Social, se comunicaron **139.618 accidentes de trabajo** en jornada con baja **por sobreesfuerzo en el sistema musculoesquelético** y **189.279 accidentes de trabajo** en jornada con baja por **dislocaciones, esguinces y distensiones**. En concreto, **un 32,5% de los accidentes laborales con baja son provocados por TME**.

Según los datos del Observatorio de Enfermedades Profesionales CEPROSS y de enfermedades causadas o agravadas por el trabajo (PANOTRATSS) publicados por el Ministerio de Inclusión Seguridad Social y Migraciones, 2020 cerró con **15.267 partes comunicados de enfermedad profesional de Grupo 2 (causadas por agentes físicos)** y, concretamente, los relacionados con TME supusieron un 83% del total, el mayor porcentaje

Además, los procesos con propuesta de invalidez del grupo 2 de enfermedades profesionales llegaron a un 38,97% del total el año pasado.



En 2020 entre las enfermedades causadas o agravadas por el trabajo según el PANOTRATSS, las **enfermedades del aparato locomotor** continuaron siendo las más frecuentes, con el **53% del total de partes comunicados**, con un total de 1.572 enfermedades causadas por el trabajo con partes comunicados por enfermedades del aparato locomotor y otras 485 por enfermedad o defecto agravado por el trabajo.

Por todo ello, es urgente desarrollar un **Plan de Acción** para la reducción de los TME, objetivo pendiente desde la anterior Estrategia de Seguridad y Salud Nacional 2015-2020, mejorar la **vigilancia de la salud**, la **calidad del servicio de rehabilitación** en las mutuas, el diseño y la **ergonomía de los puestos de trabajo**, puesto que las cifras revelan que los TME siguen en aumento.

### **CSIF propone una batería de medidas para reducir el riesgo de estos trastornos:**

- Campañas de promoción de la Salud en el Trabajo orientada a la prevención de los TME.
- Evaluación de riesgos ergonómica valorando la participación de las personas trabajadoras y su experiencia.
- Adaptación de los puestos de trabajo a la persona a través de la ergonomía.
- Vigilancia de la salud específica.
- Promoción de una mejora organizativa incidiendo en la rotación entre tareas y el trabajo en equipo para conseguir una organización más flexible y eficiente del trabajo.
- Abordaje de los riesgos de TME y su posible relación con los factores psicosociales.
- Formación e información.
- Aplicación de medidas técnicas que ayuden a manipular cargas y a la movilización de personas.
- Creación de escuelas de espalda para los profesionales que ofrezcan ejercicios y estiramientos para evitar estos trastornos.
- Impulso a la pausa activa durante la jornada laboral para evitar la aparición de TME.

