

Prevención de accidentes y enfermedades

Promover la salud mental y física en el lugar de trabajo

Si bien la accidentabilidad laboral ha tenido una tendencia a disminuir durante la última década, han aumentado las enfermedades asociadas al trabajo, principalmente relacionadas a músculos y esqueleto, como también al estrés. **Por: Germán Kreisel**



En Chile, según datos estadísticos de la Superintendencia de Seguridad Social las mayores tasas de accidentabilidad se observan en sectores relacionados con la Industria Manufacturera y el sector Transporte. Asimismo, en faenas del sector industrial donde se trabaja con sustancias peligrosas, maquinarias o electricidad, y el sector Transporte de Carga o Pasajeros, son los golpes, caídas, atropellos, sobreesfuerzos, choques y colisiones las causas más comunes de accidentes en el trabajo.

En Chile, independiente del sector económico, el vínculo entre trabajador y empleador y las obligaciones de este último, está reguladas por el artículo 184 del Código del Trabajo y en la Ley N° 16.744 sobre Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales, que obligan al empleador a tomar medidas preventivas para evitar los factores de riesgo y reaccionar en caso de un accidente.

El Instituto de Seguridad Laboral (ISL) de Chile ha expresado preocupación por el incremento de los accidentes de trayecto en los últimos años, cifra que tuvo un alza significativa durante marzo. Según datos del Departamento de Estudios y Gestión Estratégica del ISL, las denuncias por este tipo pasaron de 5.347 en 2021 a 6.551 en 2023. En la mayoría de los casos implicó vehículos (2.353 casos) afectando tanto a mujeres como a hombres. Asimismo, durante 2024 ya se han registrado 1.249 al mes de marzo.

En esa línea, Karina Piña, académica Escuela de Derecho de Universidad de Las Américas, indica que "es deber del empleador pagar, por cada trabajador contratado, un seguro contra accidentes y enfermedades profesionales a los organismos autorizados por ley, que deben administrar estos seguros. Estos organismos tienen la obligación de establecer programas de vigilancia y fiscalización que permitan disminuir los factores de riesgos y aumentar la protección a los trabajadores en la empresa u otorgar inmediata protección al trabajador cuando algo ocurre".

Pero ¿Cómo evitar accidentes y enfermedades profesionales?

Lo primero es fomentar el autocuidado laboral y personal. Se deben conocer las limitaciones personales y las fortalezas, para siempre buscar mayor conocimiento de los

riesgos asociados al trabajo; conocer las reglas plasmadas en el reglamento interno; capacitarse para estar preparados frente a casos de emergencia y mantenerse precavidos ante cualquier situación que este fuera de lo normal.

Sin embargo, la salud laboral no pasa solo por los accidentes que se produzcan. También, están las enfermedades profesionales, que silenciosamente se presentan, principalmente asociadas a enfermedades músculo esqueléticas y de carácter mental. Según los especialistas, esto se debe principalmente a condiciones del trabajo que conducen a la enfermedad del siglo XXI, el llamado estrés, depresión u otros tipos de patologías. Así, de las enfermedades profesionales, más del 60% son de origen mental.

Claudio Oyarzún, gerente general de HumanNet, indica que la salud ocupacional y la contención emocional van de la mano sobre todo en el escenario actual, y han adquirido relevancia ya que durante estos años se han generado transformaciones tanto en el trabajo como también en lo familiar.

En la oficina debe existir un apoyo por parte de las jefaturas o gerencias en apoyo del área de recursos humanos. "Estas herramientas no se compran en un supermercado o en una tienda. Para ello, el empleador debe entregar información, compartir directrices y darle tips a los colaboradores.

Es decir, la idea es que los trabajadores se conozcan y sepan lo que les pasa. Y, desde ese punto de vista, buscar la solución más experta, lo que podría traducirse en recurrir a un profesional como un psicólogo y/o siquiátra, en trabajar menos horas, en destinar más tiempo a los hijos, etc.", detalla Oyarzún.

TRASTORNOS MUSCULOESQUELÉTICOS

Durante el mes de marzo, la Subsecretaría de Salud Pública aprobó la actualización del Protocolo de Vigilancia Ocupacional para Trabajadores Expuestos a Factores de Riesgo de Trastornos Musculo-esqueléticos (TMERT). Este protocolo, que entró en vigencia el mismo día de su publicación, tiene como objetivo establecer un sistema integral de monitoreo y seguimiento para identificar, prevenir y controlar los factores de riesgo ambientales y laborales asociados a las enfermedades musculoesqueléticas. Su propósito es promover ambientes de trabajo saludables y reducir la incidencia y el impacto de estas enfermedades en la población trabajadora en Chile.