

CONTENIDO

EDITORIAL

INFORMACIÓN

- Límites de Exposición Profesional para Agentes Químicos en España. 2019.
- Premios a la Excelencia Profesional.
- Programa de trabajo de la Comisión Europea para 2019 sobre prevención de riesgos laborales.
- Agenda 2030.
- Memoria de la Fiscalía General del Estado 2018 y siniestralidad laboral.
- Campaña «En la carretera no estás solo».
- Presentación del Memorandum consolidado. AEPSAL.

BREVES

- Año Internacional de la Tabla Periódica.
- Guía de valoración de las enfermedades profesionales.
- Nuevas películas de Napo.

NOVEDADES EDITORIALES

OPINIÓN



Jorge González Pérez
Grupo Avintia
Compartir es prevenir

NOTAS PRÁCTICAS



Condiciones de trabajo de las camareras de piso.

El objetivo principal del periódico ERGA Noticias es sensibilizar sobre el tema de la seguridad y la salud, aportando al mundo del trabajo las nuevas tendencias en el campo de la prevención. Consta de un Editorial o artículo de fondo, que ofrece diversos puntos de vista y orienta sobre temas de actualidad relacionados con la seguridad laboral, un apartado de Noticias de interés general sobre condiciones de trabajo, una Opinión, un Anuncio sobre las últimas publicaciones editadas por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, y un apartado titulado: Notas Prácticas, que desarrolla, a través de temas monográficos tratados de forma didáctica, aspectos relevantes relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo.

Su periodicidad es semestral y está dirigido tanto a empresarios como a trabajadores.



Título: ERGA Noticias.

Autor: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P.

Elaborado por: Juan Guasch (Director). Cristina Araújo, Manuel Bestratén, Manuel Fidalgo, Enrique Gadea, Silvia Royo, Javier Solans y M^a Dolores Solé (Consejo de redacción). Cristina Araújo (Redacción). Concepción Just (Montaje). **Ilustración:** David Revilla.

Edita: Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), O.A., M.P.

C/ Torrelaguna, 73. 28027 Madrid. Tel. 91 363 41 00, fax 91 363 43 27. www.insht.es

Composición: Servicio de Ediciones y Publicaciones del INSST.

Edición: Barcelona, abril 2019. **NIPO (en línea):** 871-19-019-6.

La OIT celebra su centenario y la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo cumple veinticinco años

En 1919, delegados de nueve países (Bélgica, Cuba, Checoslovaquia, Francia, Italia, Japón, Polonia, Reino Unido y Estados Unidos) elaboraron una Constitución que establecía la creación de una organización tripartita, con representantes de gobiernos, empleadores y trabajadores en sus órganos ejecutivos. Los objetivos principales de esta organización eran: promover los derechos en el trabajo, fomentar las oportunidades de empleo decente, fortalecer la protección social y reforzar el diálogo en el ámbito laboral.

Así nació la Organización Internacional del Trabajo (OIT), cuyo centenario celebramos este año con la realización de diversos actos que se iniciaron el pasado mes de enero en Ginebra con la presentación del informe, elaborado por los 27 miembros de la Comisión Mundial, sobre el Futuro del Trabajo y titulado «Trabajar para un futuro más prometedor». El informe proporciona un examen analítico y en profundidad del futuro del trabajo, en un período de cambios excepcionales debidos, sobre todo, al avance de la tecnología, al impacto del cambio climático y a la evolución de la producción y el empleo.

Las actividades relacionadas con el centenario de la OIT durante el primer semestre del año tendrán como escenarios países como Chile, Perú, Paraguay, Suiza, Uruguay, Costa Rica y España.

Enmarcado en esta conmemoración, el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo celebró el pasado día 12 de marzo, en su sede central de Madrid, el taller titulado [«El Futuro del Trabajo: Implicaciones en la Seguridad y Salud Laboral»](#). Igualmente, ha organizado una Jornada Técnica titulada [«Dignidad en el trabajo, salud y sostenibilidad»](#), que se celebrará el próximo día 27 de junio en su sede de Barcelona.

La Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (EU-OSHA) también conmemora este año una fecha importante, el vigésimo quinto aniversario de su creación. Desde 1994, la actividad principal de la Agencia, con sede en Bilbao, ha sido la de crear una red de información en materia de salud y seguridad, la cual se conecta con los centros de información nacionales y otros organismos. Un elemento clave de esta red es un sistema de «punto focal» (punto nacional), uno por cada Estado miembro, el cual es responsable de la veracidad, calidad y novedad de la red, así como de su desarrollo en el ámbito europeo y nacional. Estos puntos nacionales se han designado por los gobiernos y son, en general, las máximas autoridades nacionales sobre salud y seguridad. El punto nacional en España es el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Para conmemorar estos veinticinco años, el próximo día 5 de junio se celebrará una [Jornada](#) en la Universidad de Deusto, Bilbao, en la que la Agencia ofrecerá a los participantes la oportunidad de reflexionar y compartir sus experiencias en el ámbito de la seguridad y la salud en el trabajo en los últimos veinticinco años y de plantear nuevos retos.

Estos son solo dos ejemplos de organismos que durante años han estado trabajando de manera constante para conseguir lugares de trabajo más seguros, saludables y productivos, pero hay muchos más. Nos estamos refiriendo a instituciones y centros menos conocidos y con menos años de existencia que con su labor de cada día, además de «Impulsar la justicia social y promover el trabajo decente», lema del centenario de la OIT, mejoran día a día las condiciones de trabajo de las empresas promoviendo buenas prácticas en el ámbito de la seguridad y la salud en el trabajo.

Límites de Exposición Profesional para Agentes Químicos en España. 2019

El pasado día 20 de febrero se presentó en el Centro Nacional de Nuevas Tecnologías, del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, en Madrid, la última edición de los [Límites de Exposición Profesional para Agentes Químicos en España. 2019](#).

Este documento se revisa y actualiza anualmente para la adopción de los valores límite de exposición profesional comunitarios (vinculantes e indicativos) debido a las necesidades que plantean los cambios en los procesos de producción, la introducción de nuevas sustancias, la aparición de nuevos conocimientos técnicos y científicos o la evolución del marco legal en el que se apliquen.

Los Límites de Exposición Profesional no constituyen una barrera definida de separación entre situaciones seguras y peligrosas. Son valores de referencia para la evaluación y el control de los riesgos inherentes a la exposición, principalmente por inhalación, a los agentes químicos presentes en los puestos de trabajo.

Las novedades de esta edición son las siguientes:

- Se ha incluido la definición de «nanomaterial».

Valores Límite Ambientales

- Se han adoptado e incluido en la Tabla 1, los Valores Límite Ambientales de los siguientes agentes químicos: Cobre. Fracción respirable y Compuestos de cobre. Fracción respirable.
- Se han incluido en la Tabla 2 de valores límite ambientales, con entrada en vigor en los próximos años, los siguientes agentes químicos: Dietanolina, Yodo y Yoduros.
- Se han incluido las modificaciones publicadas en el Reglamento (UE) 2017/776, de la Comisión de

4 de mayo de 2017, que modifica, a efectos de su adaptación al progreso técnico y científico, el Reglamento (CE) nº 1272/2008 del Parlamento Europeo y del Consejo, sobre clasificación, etiquetado y envasado de sustancias y mezclas (Reglamento CLP).

Como consecuencia de esta actualización, también se ha modificado la [Aplicación «LEP»](#) y se ha ampliado, dentro de esta aplicación, la documentación correspondiente a la información toxicológica que sirve para establecer los límites de exposición profesional para los agentes químicos, [DLEP](#) (Documentación Límites Exposición Profesional).



Premios a la Excelencia Profesional

El pasado día 3 de diciembre, el Colegio de Médicos de Barcelona celebró la [15ª edición de los Premios a la Excelencia Profesional](#), en la que se concedió a 51 médicos y a 4 equipos asistenciales de la provincia de Barcelona la distinción de «excelentes», en reconocimiento a su trayectoria basada en los valores que definen la profesión: el compromiso, la honestidad, la integridad y la excelencia.

Estos reconocimientos se otorgan anualmente desde 2004 a médicos y a equipos asistenciales que han sido propuestos por los propios compañeros, por haber destacado en la excelencia y calidad en su actividad profesional.

El jurado está constituido por médicos de reconocido prestigio y las categorías premiadas son: Atención hospitalaria; Atención primaria; Otros ámbitos asisten-

ciales; Investigación biomédica; y Educación médica y Humanidades, cooperación y gestión.

Dentro de la categoría «Otros ámbitos asistenciales», M^a Dolores Solé, licenciada en Medicina por la Universidad Autónoma de Barcelona y especialista en Medicina del Trabajo, fue una de las personas premiadas por su trayectoria profesional ejemplar, por el ejercicio de máxima calidad y por el enaltecimiento de los valores que configuran el profesionalismo médico. En la actualidad trabaja como Consejera Técnica en el Centro Nacional de Condiciones de Trabajo, del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, en Barcelona.

Desde este Instituto damos la enhorabuena a todos los premiados y, muy especialmente, a nuestra compañera la doctora M^a Dolores Solé.



Premiados en la categoría «Otros ámbitos asistenciales». M^a Dolores Solé figura en la tercera posición a la derecha.

Programa de trabajo de la Comisión Europea para 2019 sobre prevención de riesgos laborales

En los [Anexos](#) de la Comunicación de la Comisión al Parlamento Europeo, al Consejo, al Comité Económico y Social Europeo, y al Comité de las Regiones, dentro del Programa de trabajo de la Comisión para 2019, destaca dentro del apartado «Nuevas iniciativas», «Protección de la salud», del Anexo I, la Comunicación sobre un marco global de la Unión Europea sobre los alteradores endocrinos.

Otra de las propuestas destacadas dentro del Anexo III: «Propuestas prioritarias pendientes», es la Propuesta de Directiva del Parlamento Europeo y del Consejo, por la que se modifica la [Directiva 2004/37/CE](#), relativa a la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes carcinógenos o mutágenos durante el trabajo, y que se publicó en el Diario Oficial de la Unión Europea el día 31 del pasado mes de enero.

Dicha normativa ([Directiva \(UE\) 2019/130, del Parlamento Europeo y del Consejo de 16 de enero de 2019](#)), cuyo período de transposición es de dos años a partir de la fecha de su entrada en vigor, es la segunda propuesta de reforma de la directiva publicada en 2004. La primera modificación se realizó a través de la [Directiva \(UE\) 2017/2398 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 12 de diciembre de 2017](#), que estableció límites de exposición para once agentes carcinógenos adicionales.

Las principales novedades de la directiva publicada en enero de 2019 son la inclusión en el Anexo I «Lista de sustancias, mezclas y procedimientos», de los siguientes puntos:

- Trabajos que supongan exposición cutánea a aceites minerales previamente utilizados en motores de combustión interna para lubricar y refrigerar los elementos móviles del motor.

- Trabajos que supongan exposición a emisiones de motores diésel.

La otra novedad importante es la inclusión en el Anexo III «Valores límite y otras disposiciones directamente relacionadas» de los siguientes ocho agentes carcinógenos o mutágenos:

- Tricloroetileno.
- 4,4'-Metilendianilina.
- Epiclorohidrina.
- Dibromuro de etileno.
- Dicloruro de etileno.
- Emisiones de motores diésel.
- Mezclas de hidrocarburos aromáticos policíclicos, en particular, los que contienen benzo[a]pireno y son agentes carcinógenos en el sentido de la presente directiva.
- Aceites minerales previamente utilizados en motores de combustión interna para lubricar y refrigerar los elementos móviles del motor.

El pasado 8 de marzo se publicó la [corrección de errores](#) de la Directiva (UE) 2019/130, anteriormente citada, que sustituye el cuadro del Anexo III, «Valores límite y otras disposiciones directamente relacionadas» (página 118). La tercera propuesta de modificación de la directiva, publicada en el año 2004, actualmente se encuentra en fase de negociación y propone la incorporación de nuevos valores límite de exposición en aire para cinco sustancias químicas.



Agenda 2030

La «[Agenda 2030](#)» es un plan de acción a favor de las personas, el planeta y la prosperidad, basado en 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), que tiene por objeto asegurar para el año 2030 el progreso social y económico sostenible en todo el mundo y fortalecer la paz universal dentro de un concepto más amplio de libertad.

Este proyecto fue adoptado por unanimidad por los 193 Estados miembros de las Naciones Unidas en septiembre de 2015 y cada uno de estos Estados miembros deberá impulsar, dentro y fuera de su territorio, la implementación de la Agenda a través de los instrumentos específicos que considere, como estrategias, planes o políticas nacionales.

En España se acordó la constitución del Grupo de Alto Nivel para coordinar la posición española al respecto, así como las actuaciones necesarias para el cumplimiento de los objetivos de la Agenda, como el [Plan de Acción para la Implementación de la Agenda 2030: Hacia una Estrategia Española de Desarrollo Sostenible](#), que fue aprobado por el Consejo de Ministros el pasado día 29 de junio de 2018, situándolo en el centro de sus prioridades políticas. Este Plan de Acción adoptará una Estrategia de Desarrollo Sostenible 2020-2030, así como impulsará nuevos métodos de trabajo, políticas y demás medidas.

En relación con la prevención de riesgos laborales, los principales ODS relacionados con el tema son: el número

2, «Salud y bienestar» y el número 8, «Trabajo decente y crecimiento económico».

Algunas de las acciones que sobre este tema establece el Plan de Acción anterior son las siguientes: mejorar las condiciones laborales; ofrecer empleos dignos; aplicar la Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo 2015-2020; disponer de relaciones de trabajo más justas, con la debida protección social y condiciones de seguridad y salud, lo que se considera como «trabajo decente» por la Organización Internacional del Trabajo; proteger mediante legislación a todos los trabajadores en todos los sectores para prevenir el trabajo forzoso; ofrecer una estructura de relaciones trabajador-empleador, que vaya más allá de la individual; etc.



Memoria de la Fiscalía General del Estado 2018 y siniestralidad laboral

Como cada año, el Ministerio Fiscal ha presentado en su [Memoria](#) de 2018 (datos de 2017), los aspectos más relevantes de su labor, el balance de sus actuaciones, el establecimiento de nuevas prioridades y la propuesta de soluciones ante los problemas a los que se enfrenta habitualmente la Administración de Justicia.

En el apartado «Siniestralidad laboral», la Memoria confirmó en cuanto a la evolución de la siniestralidad laboral, según datos del entonces Ministerio de Empleo y Seguridad Social, la tendencia alcista en el número global de accidentes de trabajo, tanto de carácter mortal, como graves o leves, pasando de los 480.051 del año 2016 a los 503.749 del pasado año 2017, lo que supone un incremento de casi el 5%. Los accidentes mortales se incrementaron en 8 (de los 476 de 2016 se pasó a 484 en 2017), lo que supone un ascenso del 1,7%.

El sector con mayor número de accidentes mortales fue el sector servicios, con 247, el segundo lugar lo ocupó el sector industria, con 94 fallecidos, en el tercer peldaño se ubicó el sector de la construcción, con 79 fallecidos y, finalmente, el sector agrario fue el que menor número de accidentes mortales registró, con 64.

De los asuntos comunicados al Ministerio Fiscal por parte de la Inspección de Trabajo, esta envió al Ministerio 1.189 expedientes, de los cuales, 57 fueron por infracciones por accidente de trabajo mortales, 251, por infracciones por accidentes de trabajo graves o muy graves y 9, por paralizaciones. El resto de expedientes recibidos se puede consultar en la página 570 de la Memoria.

Entre las medidas adoptadas por el Ministerio Fiscal en relación con el ejercicio de acciones penales, se llevaron a cabo 85 medidas relacionadas con accidentes de trabajo o enfermedades profesionales, 4 medidas sobre

el delito de riesgo y otras 4 sobre el delito de riesgo y homicidio.

Los procedimientos iniciados en el año 2017 por el Ministerio Fiscal debidos a infracciones fueron los siguientes: Lesiones por accidente (12.485); delito de riesgo (1.366); homicidios por imprudencia (190); delito leve, lesiones por imprudencia (157) y delito leve, muerte por imprudencia (2).

Respecto a las causas de los accidentes en los que se han dictado sentencias condenatorias, las caídas en altura siguen ocupando el primer lugar, llegando a 127 casos y los aplastamientos, a 40 casos, la mayor parte de los cuales ocurrieron en la construcción. Le siguen los atrapamientos, 40 casos, habituales en el sector de la industria; 25 accidentes por caída de objetos; 13 por derrumbe de zanjas; 5 por electrocución y, en cifras inferiores, vuelco de vehículo, atropello y explosión.

La Memoria también informa de que desde que se produce el accidente hasta que se dicta una resolución penal firme transcurre un total de 7 años y 3 meses de media, lo que supone una serie de perjuicios para las diferentes partes en conflicto.

El [Anuario estadístico de Cataluña](#) indica también un aumento del total de accidentes de trabajo sufridos en 2018 (223.430), en relación con los registrados en 2017, que fueron de 219.571. En 2018, 60 de estos accidentes fueron mortales (en 2017 se registraron 54). Por sectores, tanto en el año 2017 como en el 2018, el sector servicios fue el que registró un mayor número de accidentes, seguido de los sectores de industria, construcción y agricultura.



Campaña «En la carretera no estás solo»

El pasado día 30 de enero se presentó en el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), en Madrid, la Campaña «[En la carretera no estás solo](#)», promovida y organizada por la Asociación de Empresas de Conservación y Explotación de Infraestructuras (ACEX), con la colaboración de la Dirección General de Tráfico (DGT) y el INSST.

La campaña, actualmente ya finalizada, pretendía concienciar a los conductores de la presencia de operarios de conservación en las carreteras, así como de otro tipo de personas que trabajan por la seguridad de las mismas, como gruistas, trabajadores de empresas de recogida de animales, guardias civiles de tráfico, etc. y contribuir, así, a reducir el número de accidentes que se producen en la realización de su trabajo en condiciones de tráfico abierto.

La campaña se dirigió a directores técnicos y a responsables de empresas de conservación y concesionarias, gestores de la administración de carreteras, medios de comunicación y usuarios de la carretera.

Su difusión fue a través de las redes sociales, revistas especializadas y paneles informativos de la DGT, con recomendaciones como las de respetar la velocidad establecida en tramos de obra, extremar la prudencia y la atención, etc. Igualmente, se distribuyeron 60.000



pulseras con el lema de la campaña en autoescuelas, gasolineras, áreas de descanso, jefaturas provinciales de tráfico, centros de conservación de las vías, etc. Sobre el mismo tema, el INSST diseñó recientemente la campaña «[¡Hazte visible!](#)», dirigida al colectivo de motoristas de reparto de comida a domicilio, en la que se daban a conocer las posiciones que debían adoptar los conductores para evitar accidentes y las posiciones más visibles por el resto de automovilistas, explicando los ángulos muertos de varios tipos de vehículos.

Presentación del Memorandum consolidado. AEPSAL

El pasado día 13 de marzo se presentó en la sede del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, en Madrid, el [«Memorandum consolidado. Evolución y evaluación de la prevención de riesgos laborales en España»](#), dirigido por la Asociación de Especialistas en Prevención y Salud Laboral (AEPSAL), con la colaboración de la Universidad Europea de Madrid. En el acto se reunieron cerca de 100 profesionales especializados en prevención de riesgos laborales, con el objetivo de analizar las mejoras normativas necesarias en materia preventiva, partiendo del estudio de deficiencias realizado por la Comisión Europea en [«Trabajo más seguro y saludable para todos - Modernización de la legislación y las políticas de la UE de salud y seguridad en el trabajo \(COM /2017\)12»](#).

El Memorandum es el resultado de las Mesas de Trabajo Nacionales realizadas en el ENSHPO (European Network of Safety and Health Professional Organization), Meeting Científico-Técnico de AEPSAL, celebradas en abril de 2018 en la Universidad Europea de Madrid. Las temáticas presentadas en las Mesas fueron estas: Formación en prevención de riesgos laborales, Envejecimiento en el trabajo, La mujer en el trabajo, Prevención de riesgos laborales y PYMES, y Vigilancia de la salud y medicina del trabajo. El objetivo de este trabajo es el de

establecer las actuaciones necesarias para mejorar las condiciones de trabajo en estos campos.

En cada uno de estos temas se realiza una breve introducción, se define el objetivo del estudio, se analiza la situación de partida de la temática correspondiente, se relacionan las líneas de debate y, a continuación, se presentan unas propuestas de mejora.



Año Internacional de la Tabla Periódica

La Asamblea General de las Naciones Unidas ha proclamado 2019 como el [Año Internacional de la Tabla Periódica de Elementos Químicos](#) (IYPT 2019), en homenaje al 150 aniversario de su primera publicación por el científico ruso Dimitri Mendeléyev, que en 1869 ordenó los elementos conocidos según las características de sus átomos.

El objetivo principal de esta iniciativa es el de reconocer la función crucial que desempeñan los elementos y las ciencias fundamentales, especialmente la química y la física, en el desarrollo sostenible.

La tabla organiza los elementos según el número atómico, la configuración de electrones y sus propiedades químicas.

El pasado 29 de enero se celebró la ceremonia de inauguración en la sede de la UNESCO, en París. A lo largo del año se celebrarán diversos eventos para homenajear

este aniversario, que podrán consultarse en la web del IYPT2019.



Guía de valoración de las enfermedades profesionales

El Instituto Nacional de la Seguridad Social ha publicado la segunda edición de la [«Guía de Ayuda para la Valoración de las Enfermedades Profesionales»](#).

El texto está dirigido a los médicos especialistas en medicina familiar y comunitaria, médicos del trabajo, médicos inspectores, Equipos de Valoración de Incapacidades y a todos aquellos profesionales que desde distintas ópticas se enfrentan a las enfermedades profesionales. La primera edición se publicó a principios del año 2017 y, dado que el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo modificó determinados valores límite de sustancias químicas que se encuentran involucradas en la etiología de las enfermedades profesionales, a través del documento «Límites de Exposición Profesional para Agentes Químicos en España, 2017», se procedió a actualizar algunos de los datos recogidos en las 12 fichas de la guía anterior.



Nuevas películas de Napo

Napo es el protagonista de una serie de películas de animación, producidas en infografía y coproducidas por un pequeño grupo de organizaciones europeas, que presenta temas relacionados con la seguridad y la salud en el trabajo desde una perspectiva humorística y desenfadada. El personaje representa a cualquier trabajador de cualquier industria o sector.

Napo es un trabajador que se expresa únicamente con los movimientos de su cuerpo, la expresión del rostro y algún que otro sonido, con el fin de llegar a distintas culturas y lenguas.

En la actualidad existen [veintinueve películas](#) editadas, de unos dos minutos de duración cada una de ellas, de las cuales las cuatro últimas, publicadas en el año 2018, son las siguientes: «Napo en... el estrés térmico (Del dicho al hecho)», «Napo en... el estrés térmico (El duelo)», «Napo en... Yo soy un *kommmittensch*» (10' de duración) y «Napo en... el polvo en el trabajo» (7' de duración).

En este [folleto](#) se describe ampliamente la serie de películas de Napo, financiadas por la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo.



«Napo en... el estrés térmico (El duelo)».



«Napo en... el estrés térmico (Del dicho al hecho)».



«Napo en... el polvo en el trabajo».



«Napo en... Yo soy un *kommmittensch*».



CARTA DE SERVICIOS DEL INSST

En este [enlace](#) se puede acceder a la Carta de Servicios actualizada del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST) para el período 2018-2021.

En ella se informa de los servicios que presta, de las formas de colaboración y participación en la mejora de sus servicios, de las medidas de subsanación y de la posibilidad de realizar quejas y sugerencias.

NOTAS TÉCNICAS DE PREVENCIÓN (NTP) (32ª Serie)



Ya se pueden consultar en la página web del INSST las Notas Técnicas de Prevención ([nº 1.101 a 1.124](#)), de la Serie 32 (1.101 a 1.135). Estos documentos, de orientación eminentemente práctica, facilitan la resolución de problemas preventivos a los prevenccionistas en el día a día de la empresa. Su brevedad facilita que formen parte del manual práctico del prevenccionista. Contienen todas las áreas preventivas: seguridad, higiene, medicina, ergonomía, psicología, formación, etc.

Se pueden descargar gratuitamente en la página web del INSST, www.insht.es.

También está disponible en formato papel: P.V.P.: 19,15 € IVA incluido.

CALCULADORES DE PREVENCIÓN

Los Calculadores de Prevención son herramientas de ayuda para cálculos habituales en las distintas disciplinas que conforman la prevención de riesgos laborales. Su formato permite identificar la empresa y el puesto de trabajo bajo estudio e imprimir un informe final con los datos de entrada, los datos intermedios cuando proceda, y los resultados obtenidos.

Los últimos calculadores que se han incorporado son los siguientes:



Exposición a agentes químicos.
Evaluación cualitativa del riesgo por inhalación.



Almacenamiento de productos químicos en recipientes móviles.
Reglamento APQ.

Se pueden descargar gratuitamente desde la página web del INSST, <http://calculadores.insst.es/>

APLICACIONES INFORMÁTICAS PARA LA PREVENCIÓN (AIP)

En la colección de Aplicaciones Informáticas para la Prevención (AIP) se han incorporado recientemente las tituladas:



«Herramienta para la valoración de los programas de promoción de la salud en el trabajo».

Se ofrece como apoyo para la gestión de los programas de promoción de la salud en el trabajo. Su utilidad tiene un enfoque doble, pues, por una parte, aporta una orientación sobre la calidad metodológica que los programas de bienestar deben contemplar y, por otra, permite realizar una estimación del retorno económico de la inversión realizada o que vaya a realizar la empresa para el bienestar de los trabajadores. Las definiciones de cada concepto se describen en la propia herramienta.



FPSICO

«F-PSICO. Factores Psicosociales. Método de evaluación. Versión 4.0».

Herramienta para la evaluación de los factores psicosociales. Su objetivo es contribuir al diagnóstico de los riesgos psicosociales presentes en una empresa o en áreas parciales de la misma, a partir de los cuestionarios de aplicación individual. También incluye información de utilidad práctica para orientar las medidas preventivas que pueden llevarse a cabo en la empresa en el ámbito psicosocial.

Esta revisión 4.0 frente a la 3.1 mejora distintos aspectos de la aplicación que permiten una mayor facilidad de manejo y perfecciona otros que, a través de su uso, se ha comprobado que es necesario modificar. En el manual de uso de la aplicación se especifican dichos cambios.

Todas las AIP se pueden descargar gratuitamente desde la página web del INSST, www.insht.es, apartado «[Aplicaciones Informáticas para la Prevención](#)».

APP. APLICACIONES INFORMÁTICAS PARA SMARTPHONE O TABLET

Estas aplicaciones están diseñadas para ser descargadas en Smartphone o Tablet para su uso en «campo», facilitando información, herramientas de cálculo, cuestionarios, etc., útiles para el análisis de las condiciones de trabajo.

Dentro de esta colección, la última aplicación publicada es:



[Manipulación manual de cargas: índice de levantamiento según la ecuación del NIOSH-Revisada.](#)

MATERIAL DIDÁCTICO SOBRE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES PARA FORMACIÓN PROFESIONAL

Herramientas didácticas orientadas a alumnos de Formación Profesional, que pretenden servir de apoyo al profesorado en su labor de sensibilización y concienciación del alumno sobre la importancia de la prevención de riesgos laborales en su futuro profesional.

El material consiste en 26 Manuales Básicos de Prevención, 26 carteles y 26 vídeos, cuyo contenido muestra los riesgos y las medidas preventivas más relevantes de cada una de las

26 familias profesionales. Incluye también un «Manual de Actividades Didácticas para la Formación Profesional», que recopila los «Casos Prácticos» de la publicación ERGA Formación Profesional desde el nº 1 del año 1996 hasta el nº 95 del año 2016.

Se puede acceder a todo el material en este [enlace](#).

FOLLETOS

Se pueden descargar en la página web del INSST los dos últimos folletos publicados:



[Trabajar sin caídas. Equipos de protección individual contra caídas de altura.](#)



[Ropa de protección para bomberos: en cada intervención, la mejor protección.](#)

PEDIDOS**INSTITUTO NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO**

Servicio de Ediciones y Publicaciones
Torrelaguna, 73. 28027 Madrid.
Tfno. 91 363 41 00. Fax: 91 363 43 27
Correo electrónico: ediciones@insst.meys.es

CENTRO NACIONAL DE CONDICIONES DE TRABAJO

Dulcet, 2-10. 08034 Barcelona.
Tfno. 93 280 01 02. Fax: 93 280 36 42
Correo electrónico: cnc@insst.meys.es

LA LIBRERÍA DEL BOE

Trafalgar, 27. 28010. Madrid.
Tfno. 911114000. Fax: 911114260.
Correo electrónico: libreria@boe.es

Compartir es prevenir

Jorge González Pérez*Director del Departamento de Prevención, Calidad y Medioambiente***Grupo Avintia*

Desde la creación de Grupo Avintia en el año 2007, hemos intentado mantener siempre una posición de vanguardia en el tema de la prevención de riesgos laborales y una permanente y constante innovación en nuestros programas de prevención.

Hemos considerado desde un principio que una correcta política de prevención de riesgos laborales mejora la gestión de la empresa y la satisfacción de sus trabajadores, entrando así en el círculo virtuoso de «a mayor motivación, mayor productividad y, por consiguiente, mayores beneficios para la empresa».

Desde nuestros inicios, hemos sido conscientes de la importancia que tiene la seguridad en el bienestar y en la tranquilidad de los trabajadores, y consideramos que el capital humano es el mayor valor de la organización, por lo que es necesario cuidarlo, más por connotaciones morales que por exigencias legislativas.

Un ejemplo de ello es la Campaña «Cero Daños», que iniciamos en septiembre del año 2017, en la que participaron la dirección de la empresa, el departamento de prevención, el de producción, el de *marketing*, etc., y con la que Grupo Avintia pretendía, en primer lugar, realizar cualquier tipo de trabajo en la empresa habiendo analizado previamente los riesgos que conlleva e implantando las medidas de seguridad correspondientes para

evitarlos y, en segundo lugar, buscar la mejora de la tasa de siniestralidad laboral, actualmente varios puntos por debajo de nuestro sector, el de la construcción.

Esta campaña, cuyo lema es «Tu seguridad es lo primero», está destinada a concienciar, informar y formar en materia de prevención de riesgos laborales tanto al personal propio como al personal subcontratado en

las obras, y parte de un decálogo relacionado con los 10 puntos más importantes en materia de siniestralidad que sufren nuestros trabajadores en las obras. Estos puntos son: Control de acceso, personal con especial relevancia en materia de seguridad (recurso preventivo y empresa de seguridad), uso adecuado de los Equipos de Protección

Individual (EPI), uso adecuado de herramientas manuales, orden en el lugar de trabajo, limpieza (relacionado con caídas al mismo nivel), manipulación manual de cargas (relacionado con sobreesfuerzos), andamios (medios auxiliares), grúas (medios auxiliares) y carretilla elevadora (maquinaria).

A partir de este decálogo, junto con una serie de eslóganes, frases de concienciación, cartelera/infografía, manuales de recomendaciones de seguridad, test y páginas web, se desarrollaron varias líneas de acción que completaban la campaña y que mejoraban aspectos como: la sensibilización, el control de acceso a la obra,

« La prevención debe ir de la mano de la producción, una no se puede pensar sin la otra »

la trazabilidad de los elementos de protección, la información y la formación, el uso de EPI, la identificación del personal, los elementos de protección, la cualificación, la participación en proyectos de I+D+i, etc.

La primera fase a la hora de poner en marcha esta campaña fue la de sensibilizar a los trabajadores para que fueran conscientes de los riesgos que existen en el desarrollo de sus tareas y para que supieran que estos se podían eliminar, evitar o reducir. Un segundo paso fue el de formar a los trabajadores en buenas prácticas de seguridad y prevención para permitirles ejercer su trabajo de una manera adecuada y, por último, se facilitó toda la información de la campaña a los distintos puestos de trabajo para que se pudieran aplicar las anteriores dos fases, al mismo tiempo que se fueron introduciendo paulatinamente las líneas de acción anteriormente mencionadas. Al inicio de la campaña tuvimos que enfrentarnos a la

complejidad de su puesta en marcha, con el trabajo de coordinación de todo el equipo multidisciplinar y con la prolongación del tiempo previsto en las fases de diseño, ejecución e implantación.

Sin duda, en una época en la que desgraciadamente se está volviendo a disparar la siniestralidad en todos los sectores, todas estas medidas han contribuido a mejorar la siniestralidad de la empresa. De hecho, a cierre de 2018, la compañía registraba un descenso en el número de siniestros del 18,03% (medido en accidentes totales/obra/mes). Estos excelentes resultados además se reflejan tanto en el personal propio de la compañía, con un descenso del 7% (medido en porcentaje que los accidentes de trabajo representan sobre la plantilla de la empresa); como entre los empleados de empresas subcontratadas, con un descenso del 7,14% (medido en accidentes personal subcontrata/obra/mes). Además,

la compañía ha registrado un descenso en el número de bajas laborales de un 13,7% (medido en jornadas laborales perdidas por plantilla media), lo que ha aportado una mayor eficiencia y exactitud de sus proyectos y plazos de ejecución.

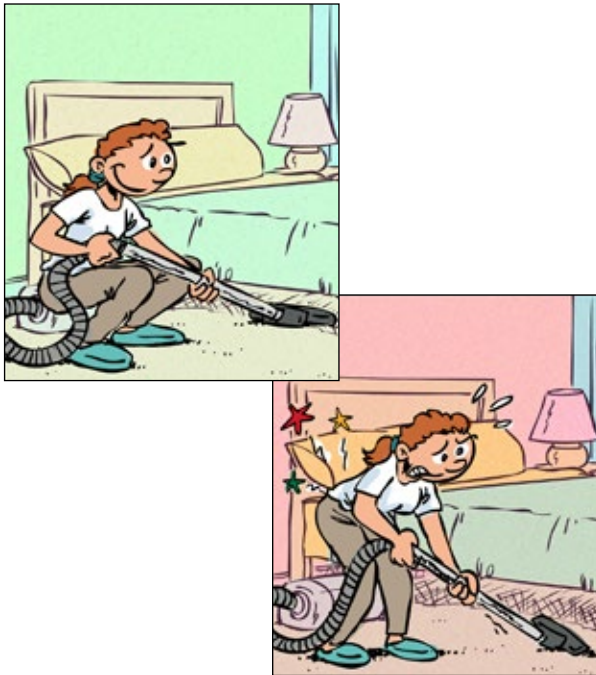
En Grupo Avintia somos conscientes de nuestro liderazgo en el sector y, por tanto, también de nuestra responsabilidad en la instalación de una cultura preventiva que continúe reduciendo año a año los accidentes laborales. La campaña «Cero Daños», junto al fuerte compromiso de todas las líneas de actividad de la compañía, nos han situado en unas cifras muy positivas que queremos continuar disminuyendo.

En la actualidad seguimos con la mejora continua de nuestros programas sobre prevención de riesgos laborales ya que, como decía Einstein, «No pretendamos que las cosas cambien, si siempre hacemos lo mismo».

** Grupo Avintia fue galardonado en los «Premios Prevencionar» 2018 con el Premio a la Empresa del año (Categoría Gran Empresa) y con el Premio a la Comunicación en Prevención de Riesgos Laborales, por el esfuerzo realizado en cuestiones relacionadas con la seguridad y la salud y, especialmente, por la Campaña «Cero Daños».*

Condiciones de trabajo de las camareras de piso

Las camareras de piso constituyen una de las piezas clave para el éxito del funcionamiento de los hoteles y para el desarrollo y el crecimiento del sector turístico en general. Del resultado de este trabajo, realizado mayoritariamente por mujeres, dependerán las valoraciones que hagan los clientes sobre la calidad de los servicios ofrecidos por el hotel y de la propia imagen del establecimiento.



La actividad que realizan las camareras de piso requiere un esfuerzo físico y psicológico debido a la dureza y a la exigencia de las tareas. Estas trabajadoras se dedican a limpiar las habitaciones de los hoteles y, en la mayoría de los casos, también se encargan de la higiene de los espacios de uso común. Ello les supone realizar una gran diversidad de tareas, como levantar o mover muebles, limpiar cristales, cambiar la ropa de las camas, empujar los carros de limpieza, manipular bolsas de basura, fregar suelos, limpiar baños, barrer, limpiar muebles, etc. Se trata de un colectivo poco valorado, ya que su trabajo suele pasar inadvertido por los huéspedes y en el que las trabajadoras soportan condiciones de trabajo que pueden ser perjudiciales para su salud.

La exigencia física de las tareas realizadas puede dar lugar a riesgos ergonómicos en los puestos de trabajo. Algunos de estos riesgos son debidos a la adopción de posturas forzadas, a la continua realización de movimientos repetitivos, a la manipulación de cargas, a los sobreesfuerzos, etc. A su vez, algunos de estos riesgos pueden derivar en daños, como contracturas musculares crónicas, artrosis por el desgaste prematuro de las articulaciones, hernias discales lumbares, problemas con el túnel carpiano, estrés, etc.

Además, no hay que olvidar que existen numerosos factores relacionados con la organización del trabajo que pueden influir en la aparición de trastornos en la salud, como la falta de mano de obra, el elevado ritmo de trabajo, la monotonía y la repetitividad de las tareas, la

sobrecarga de trabajo, la falta de descansos, la supervisión estricta por parte de las gobernantas (mujeres que en los hoteles tienen a su cargo el servicio de un piso en lo tocante a limpieza de habitaciones, conservación del mobiliario, alfombras y demás enseres), el escaso control sobre el propio trabajo, la falta de estabilidad en el empleo, los salarios bajos que perciben y la poca cualificación profesional que tienen.

La conciliación de la vida familiar y laboral es otro de los inconvenientes de este colectivo, dado que las trabajadoras deben compatibilizar las exigencias que demanda la empresa con las tareas del hogar, lo que supone una disminución del rendimiento general.

A continuación, relacionamos los principales riesgos a los que este colectivo está expuesto, así como las medidas preventivas.

Riesgos principales

Ergonomía

- Manipular cargas y realizar sobreesfuerzos al hacer las camas, al mover muebles u objetos de la habitación, al empujar carros de ropa sucia, etc.
- Realizar movimientos repetitivos en la limpieza en general.
- Flexionar excesivamente el cuello al barrer, fregar, aspirar el suelo, etc.
- Girar la columna continuamente al realizar la limpieza.
- Torcer la parte superior del cuerpo al girar o realizar

movimientos laterales repetidos y bruscos en la limpieza en general.

- Trabajar con los brazos por encima de los hombros al realizar las tareas, por ejemplo, al correr las cortinas o al hacer las camas (literas).
- No contar con equipos y métodos de trabajo adecuados, que atenúen el trabajo monótono y repetitivo y que ayuden a reducir los efectos del mismo en la salud.

Organización del trabajo

- Organización inadecuada de las tareas en general.
- Falta de contenido en el trabajo (ritmo, autonomía,

tiempo de trabajo, carga de trabajo mental, demandas psicológicas, variedad y contenido del trabajo, supervisión, apoyo social, etc.).

- Insuficiencia del número de camareras en las instalaciones del hotel. Ello supone que, si falta una trabajadora, hay sobrecarga para el resto, teniendo incluso que tener que llegar a prescindir alguna de ellas de sus días de descanso.
- Carga excesiva de trabajo de manera continuada.
- Falta de autonomía en el propio trabajo.
- Clima laboral deficiente.
- Poco poder de decisión en la organización del trabajo diario.



- Realización de un excesivo número de habitaciones durante toda la temporada.
- Poca participación de los trabajadores en los temas relacionados con su trabajo y en los relacionados con la actividad general del hotel.
- Ritmo de trabajo elevado.
- Monotonía y repetitividad de las tareas, con escasa capacidad de iniciativa.
- Escaso control sobre el propio trabajo.
- Supervisión estricta por parte de las gobernantas.
- Falta de coordinación entre la gobernanta y los departamentos que se encargan de recibir a los clientes, de hacer las reservas, del control de las habitaciones, del cobro y del resto de los servicios a los clientes.
- Falta de descansos.
- Incompatibilidad entre la vida laboral y familiar.
- Falta de estabilidad en el empleo.
- Alto nivel de exigencia.
- Falta de comunicación.
- Malas relaciones y falta de apoyo social entre los compañeros o sus superiores.
- Escasas posibilidades de promoción profesional.
- Escasez de material para las habitaciones.
- Mala gestión en la dirección de los alojamientos.
- Estrés debido a ritmos elevados, pausas insuficientes o inexistentes, rotación de personal, tipo de contratación, etc.

Seguridad

- Falta de realización de la evaluación inicial de los riesgos inherentes al trabajo y de su actualización periódica.
- Caídas al mismo nivel por resbalones, sobre todo en el baño, debidas a suelos sucios, irregulares, en mal estado, resbaladizos o mal iluminados. Las caídas también pueden ser causadas por tropiezos al arrasar-

trar o trasladar ropa de cama, por existir obstáculos en las zonas de paso, etc.

- Caídas a distinto nivel al subirse a elementos poco seguros para limpiar, como cajas, sillas, mesas, escaleras en mal estado, bañeras, etc.
- Golpes con objetos, mobiliario, por vuelco de estanterías en el *office*, etc.
- Atrapamientos de manos y pies en puertas y ventanas o al sujetar el carro con las manos por los laterales del mismo.
- Contactos eléctricos al limpiar el suelo, al limpiar aparatos que se encuentren conectados a la corriente, al encontrarse los cables en mal estado, al entrar en contacto el agua con la electricidad, al pasar trapos mojados por encima de cables o aparatos eléctricos conectados, al desenchufar los aparatos de la red eléctrica, etc.
- Cortes, al retirar los residuos del interior de las papeleras o cubos.

Higiene Industrial

- Exposición a contaminantes químicos al preparar los productos y los equipos de limpieza.
- Exposición a contaminantes biológicos en el vaciado de papeleras y cubos o en la limpieza de baños.

Formación

- Falta de información y formación adecuadas sobre los riesgos derivados del trabajo y de la forma de prevenirlos y evitarlos.
- Falta de formación en las camareras de piso sobre su trabajo.
- Falta de formación sobre liderazgo y prevención de riesgos laborales en las gobernantas y carencia de las herramientas necesarias para propiciar un clima laboral favorable.

Medidas preventivas

Ergonomía

- Alternar las tareas en la medida de lo posible, de forma que impliquen movimientos diferentes y que requieran activar unos músculos mientras el resto reposa, evitando que sean siempre los mismos músculos los que se muevan y permitiendo el descanso.
- Utilizar, siempre que sea posible, herramientas (palos de fregonas, aspiradores, cepillos, plumeros, aparatos para limpiar los cristales, etc.) con alargadores cuando los movimientos requieran alcances extremos.
- Mantener la mano alineada con el antebrazo, la espalda recta y los hombros sin tensión al limpiar.
- Evitar permanecer arrodillado o en cuclillas y evitar, en lo posible, la realización de trabajos con los brazos por encima de los hombros (al mover las cortinas) o hacer giros bruscos de la columna.
- Situar los productos de limpieza en las habitaciones preferiblemente entre los planos de los hombros y las caderas para, de esta manera, evitar agacharse continuamente; lo mismo con la papelería o cubo para recoger los residuos y cambiar las bolsas o al sujetar el equipo para limpiar los suelos; además, se debe utilizar este equipo de limpieza lo más cerca posible de los pies.
- Colocar los materiales en el carro correctamente para evitar que caigan. Los elementos de uso más frecuente deben colocarse en la parte superior del mismo.
- Mantener en buen estado los carros de limpieza, con ruedas engrasadas que permitan un deslizamiento suave. Los carros deben ser ligeros y fáciles de manejar.
- Empujar el carro desde un extremo. Empujarlos, en lugar de tirar de ellos.
- Establecer una política de compras en la que se ten-

ga en cuenta la prevención de riesgos (ruedas y elevadores en las camas; herramientas de limpieza con mangos largos, extensibles o moldeables; cubos de fregar con ruedas y sistemas de facilitado de escurrido; sistemas de barrido húmedo, etc.).

- Evitar aplicar fuerza manual excesiva en movimientos de prensa, flexión, extensión o rotación.
- Usar retenedores adecuados para evitar el cierre intempestivo de las puertas, en lugar de tener que flexionar la espalda para colocar cuñas o cubos.
- Retirar la ropa de la cama desde los extremos hacia el centro y agruparla en forma de ovillo para poderla trasladar mejor al carro de la ropa sucia.
- Mover la cama manteniendo la espalda lo más recta posible. Evitar empujar la cama con la pierna o la rodilla, mejor hacerlo con las manos.
- Usar las técnicas seguras de manipulación y levantamiento de cargas.
- Evitar inclinarse para hacer la cama o pasar el aspirador, es preferible flexionar las piernas o apoyar la rodilla sobre una superficie blanda.
- Disponer de sábanas con las dimensiones adecuadas para cada tipo de cama.
- Hacer las camas en litera retirando el colchón de la litera superior y vestirlo apoyándolo sobre la cama principal. No subirse en la litera inferior para hacer la superior. Se recomienda hacer la litera superior entre dos personas.
- Utilizar, preferiblemente, sábanas bajas ajustables.
- Evitar la torsión de las muñecas durante el escurrido de las gamuzas/bayetas; es preferible realizar la fuerza con los brazos.
- Desplazar siempre el tronco para alcanzar zonas alejadas, evitando forzar los brazos o la espalda.
- Minimizar los movimientos necesarios al limpiar mediante la organización de las tareas, de manera que

se puedan reducir los desplazamientos innecesarios y las posturas forzadas, por ejemplo, colocando el carro de la limpieza en el centro de la zona que se ha de limpiar.

- Utilizar buenos equipos de trabajo ergonómicamente destinados a mejorar las posturas de trabajo durante la realización de las tareas en general.

Organización del trabajo

- Permitir, en la medida de lo posible, que las personas se puedan organizar el trabajo, con el fin de disminuir la carga de trabajo.
- Hacer pausas. Es preferible hacer pausas cortas y frecuentes que largas y espaciadas. Se recomienda realizar un descanso de 10 o 15 minutos cada 1 o 2 horas de trabajo continuado.
- Disponer de una plantilla mínima en la ocupación del hotel para asegurar no solo el servicio de los clientes, sino también las propias condiciones de trabajo del personal.
- Modificar los aspectos organizativos que estén en el origen del problema, de forma que se eliminen o reduzcan las fuentes de estrés del entorno de trabajo y se prevenga su aparición en el futuro.
- Aplicar preferentemente medidas organizativas de carácter global y colectivas para prevenir el estrés antes de aplicar medidas individuales de intervención, por ejemplo, colocando las habitaciones de limpieza (*office*) en la propia planta para facilitar el traslado de los carros y las herramientas de trabajo.
- Intervenir e implicarse directamente la empresa en la organización del trabajo.
- Reducir la carga laboral.
- Establecer unos horarios en los que sea posible la conciliación laboral y familiar.

- Realizar una buena organización del trabajo teniendo en cuenta las capacidades de cada persona.
- Intentar evitar la monotonía y fomentar la participación de los trabajadores.
- Cumplir con los aspectos relacionados con la prevención de riesgos laborales.
- Organizar el trabajo en función de la tarea diaria y no del número de habitaciones asignadas para toda la temporada. Ello permite repartir equitativamente las habitaciones de salida.
- Hacer rotaciones entre el personal, en función de las exigencias de las tareas.
- Establecer sistemas de comunicación y participación entre los trabajadores.
- Evitar en lo posible la realización de las horas extras.
- Fomentar la autonomía de los puestos de trabajo, de forma que las trabajadoras dispongan de capacidad de decisión.
- Impulsar políticas de igualdad y de no discriminación.
- Reconocer por parte de los superiores la labor desempeñada por los trabajadores o realizar algún tipo de incentivo.
- Promover el apoyo y el trabajo en equipo entre los propios trabajadores.
- Respetar los horarios de trabajo y los descansos establecidos por la ley.
- Fomentar la consulta y la participación de los trabajadores en los temas relacionados con el trabajo del hotel en general.
- Contar con el material necesario para equipar las habitaciones.

Seguridad

- Realizar, por parte del empresario, una evaluación inicial de los riesgos para la seguridad y la salud de los

trabajadores, teniendo en cuenta, con carácter general, la naturaleza de la actividad, las características de los puestos de trabajo existentes y de los trabajadores que deban desempeñarlos.

- Disponer de envases rígidos con tapa para depositar y transportar material cortante.
- No subir al borde de la bañera. Colocar una superficie antideslizante en el interior de la bañera para su limpieza.
- Mantener los suelos señalizados en el caso de estar mojados.
- Mantener los pasillos y las zonas de paso ordenados y limpios de posibles obstáculos, como carros y utensilios de limpieza.
- Mantener ordenado el *office*, almacenando correctamente los materiales en sus estanterías y revisando que estas se encuentren en buen estado y bien sujetas a la pared.
- Utilizar escaleras o equipos adecuados para realizar la limpieza de lugares de difícil acceso.
- Utilizar guantes de la talla correspondiente para retirar la ropa de la cama o para limpiar los baños; vestuario de algodón; calzado cómodo, que no apriete, sujeto y con suela antideslizante que no tenga una altura superior a unos 5 cm; calcetines de hilo y medias que faciliten el riego sanguíneo, etc.

Higiene Industrial

- No utilizar productos de limpieza cuyos recipientes no dispongan de etiquetado. Leer detenidamente la ficha de datos de seguridad (FDS) y la etiqueta de los productos químicos y aplicar las medidas preventivas adecuadas. No utilizar nunca recipientes de productos alimenticios, como botellas de agua para poner productos de limpieza.

Formación

- Recibir información sobre los riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores.
- Recibir formación teórica y práctica, suficiente y adecuada, en materia preventiva.
- Promocionar el desarrollo personal a través de la formación tanto de las gobernantas, que deberían tener formación e información en materia de dirección de grupos, buen clima laboral y prevención de riesgos laborales, como de las camareras de piso sobre su propio trabajo.

LEGISLACIÓN

- [Ley 31/1995](#), de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales y sus posteriores modificaciones.

- [Real Decreto 486/1997](#), de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.
- [Real Decreto 487/1997](#), de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorso lumbares, para los trabajadores.
- [Resolución de 20 de septiembre de 2010](#), de la Dirección General de Trabajo, por la que se registra y publica el IV Acuerdo laboral de ámbito estatal para el sector de hostelería.
- [Real Decreto 39/1997](#), de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención y sus posteriores modificaciones.
- [Real Decreto 374/2001](#), de 6 de abril sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores con-

tra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo.



NOTA: Todos los enlaces indicados han sido verificados en fecha 25 de marzo de 2019.

Hipervínculos:

El INSST no es responsable ni garantiza la exactitud de la información en los sitios web que no son de su propiedad. Asimismo la inclusión de un hipervínculo no implica aprobación por parte del INSST del sitio web, del propietario del mismo o de cualquier contenido específico al que aquel redirija.

Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado:
<http://cpage.mpr.gob.es>

Catálogo de publicaciones del INSST:
<http://www.insht.es/catalogopublicaciones/>

