

CENTRE DE DOCUMENTACIÓ DE L'INVASSAT

RECULL D'ACTUALITAT EN SEGURETAT I SALUT LABORAL



GENERALITAT
VALENCIANA

INVASSAT
Institut Valencià de
Seguretat i Salut en el Treball

Dimarts 16 d'abril de 2024

ACTUALITAT PREVENCIONISTA	2
AGENDA PREVENCIONISTA	11
ALS MITJANS.....	15
NOVETATS LEGALS	18
DOGV	18
BOE	18
DOUE	18
NOVETATS AENOR - NORMES	19
PUBLICACIONS DE L'INVASSAT	21
ÚLTIMES INCORPORACIONS A LA BIBLIOTECA DIGITAL DE PRL.....	22
INVASSAT A LES XARXES.....	23
EINES PER A UN TREBALL EFICIENT	24

ACTUALITAT PREVENCIIONISTA

NOU

Dossier

VIBRATIONS MAINS – BRAS : DE NOUVELLES CONNAISSANCES POUR LA PRÉVENTION

❶ Vibrations mains – bras : où en est-on ?
P. 22

❷ Émission vibratoire de meuleuses :
expériences et modèle
P. 26

❸ Évaluation des valeurs d'émission vibratoire
des cloueuses : un dispositif de substitution
peut-il remplacer les opérateurs humains ?
P. 29

❹ Vibrations transmises aux membres
supérieurs : estimation de l'exposition
des travailleurs à des chocs répétés
P. 33

❺ Les caractéristiques vibratoires
d'outils de redressement
et de formage activés par ultrasons
P. 37

❻ Étude préliminaire sur l'activation
et l'anisotropie du muscle dans la
modélisation des vibrations mains – bras
P. 41

❼ Modélisation de la sténose artérielle
induite par les vibrations transmises
à la main : un moyen de prévenir
le risque vibratoire vasculaire ?
P. 45

Les vibrations générées par certaines machines portatives ou guidées à la main peuvent être à l'origine d'affections au niveau des mains et des bras.

En France, près de deux millions de travailleurs seraient concernés, essentiellement dans les secteurs du bâtiment, de la construction mécanique, de la métallurgie, de la réparation automobile ou de l'entretien d'espaces verts.

L'exposition à ces vibrations n'est pas inévitable; des mesures de prévention adaptées permettent de réduire efficacement les risques.

Ce dossier propose d'évoquer les travaux les plus récents conduits pour enrichir ces démarches, à la faveur de la 15^e Conférence internationale consacrée aux vibrations du système main – bras, organisée par l'INRS en juin 2023.

Avec la mise en lumière de six communications, les articles abordent les questions liées aux niveaux d'émissions vibratoires, aux moyens de les évaluer concrètement et à la prévision de certains effets sur la santé, en cas d'exposition aiguë ou chronique.

HAND-ARM VIBRATION: NEW KNOWLEDGE FOR PREVENTION – *The vibration generated by certain portable hand-held or hand-guided machines can cause hand and arm disorders. In France, close to 2 million workers are concerned, mainly in the building, mechanical construction, metalworking, car repairs and green space maintenance sectors. Exposure to these types of vibration is not unavoidable; suitable prevention measures can effectively reduce the risks.*

This dossier describes the most recent work conducted to improve these measures, which was presented at the 15th international conference on hand-arm vibration, held by INRS in June 2023. Highlighting six presentations, these articles address the issues related to vibration levels, the means of assessing them in practical terms and the prevention of certain health effects in the event of acute or chronic exposure.

Dossier coordonné par Christophe Noël, INRS, département Ingénierie des équipements de travail

NOU

Crisis de la representatividad y digitalización: el papel de la negociación colectiva en materia de teletrabajo*

Sheila LÓPEZ VICO**

RESUMEN: El modelo prototípico de trabajo de carácter fordista ha pasado a ocupar un papel secundario en los países de nuestro entorno económico, viéndose este desplazado por un modelo marcado por la búsqueda de la flexibilidad, la globalización, la hipercompetitividad y la digitalización. A ello cabe añadir asimismo los efectos que la pandemia tuvo en este, entre los que se encuentra la implantación acelerada del teletrabajo y la aprobación de su norma reguladora, la Ley 10/2021 de trabajo a distancia. Esta forma de trabajo, si bien presenta indudables ventajas, pone de manifiesto nuevos retos para garantizar la adecuada protección de los trabajadores sometidos a la misma. En concreto, preocupa el efecto diluyente que esta puede tener en la identidad como grupo de los trabajadores de la empresa e irremediablemente en su fuerza colectiva. Por ello, entraremos a analizar por medio del presente estudio como se está abordando en la práctica el citado problema.

Palabras clave: Digitalización, teletrabajo, trabajo a distancia, negociación colectiva, acuerdo colectivo, convenio colectivo.

SUMARIO: 1. Planteamiento general. 2. El papel de la negociación colectiva en el marco de la Ley 10/2021. 3. Análisis convencional en materia de teletrabajo. 3.1. Resultados de carácter cuantitativo. 3.2. Resultados de carácter cualitativo. 3.2.1. Carácter voluntario del teletrabajo y reversibilidad. 3.2.2. Compensación de los gastos derivados del teletrabajo. 3.2.3. Régimen de preferencias en el acceso al teletrabajo. 3.2.4. Inventario de medios. 3.2.5. Utilización de los medios y dispositivos para fines personales. 3.2.6. Tiempo de trabajo. 3.2.7. Delimitación de los puestos de trabajo y funciones susceptibles de ser realizadas mediante teletrabajo. 3.2.8. Garantía de los derechos colectivos en el teletrabajo. 3.2.9. Establecimiento de una jornada mínima presencial y delimitación de la duración máxima del trabajo a distancia. 3.2.10. Otros puntos regulados en el plano convencional. 4. El V Acuerdo para el Empleo y la Negociación Colectiva de 2023. 5. Conclusiones críticas. 6. Convenios colectivos analizados. 7. Bibliografía.

* Trabajo realizado en el marco de una estancia predoctoral de 3 meses en la Universidad de Nápoles Parthenope (Italia), financiada por las Ayudas complementarias para estancias breves y traslados temporales destinadas a beneficiarios FPU, convocatoria 2023.

** Personal Investigador Predoctoral en Formación (FPU), Universidad de Granada (España); Coordinadora de la *Revista Crítica de Relaciones de Trabajo (Laborum)*; Colaboradora en la Gestión de las actividades de la Asociación Española de Salud y Seguridad Social (AESSS).

NOU

Annals of Work Exposures and Health, 2024, **XX**, 1–13
<https://doi.org/10.1093/annweh/wxae027>
 Advance access publication 11 April 2024
Original Article



The Chartered
 Society for Worker
 Health Protection



Association between musculoskeletal pain and exposures to awkward postures during work: a compositional analysis approach

Fredrik Klæboe Lohne^{1,1*}, Kailiang Xu^{1,2,†}, Marius Steiro Fimland^{1,3},
 Javier Palarea-Albaladejo⁴ and Skender Redzovic¹

¹Department of Neuromedicine and Movement Science, Faculty of Medicine and Health Sciences, Norwegian University of Science and Technology, Edvard Griegs gate 8, 7030, Trondheim, Norway

²Department of Orthopaedics, Beijing Miyun District Hospital, Yanguang Street, 383, 101500, Beijing, China

³Unicare Helsefort Rehabilitation Centre, Hysnesveien 11, 7112, Rissa, Norway

⁴Department of Computer Sciences, Applied Mathematics and Statistics, University of Girona, Carrer Universitat de Girona 6, 17003, Girona, Spain

*These authors contributed equally to the work

†Corresponding author: Email: fredrik.k.lohne@ntnu.no

Abstract

Objectives: This study aimed to explore the association between arm elevation and neck/shoulder pain, and trunk forward bending and low back pain among home care workers.

Methods: Home care workers ($N = 116$) from 11 home care units in Trondheim, Norway, filled in pain assessment and working hours questionnaire, and wore 3 accelerometers for up to 7 consecutive days. Work time was partitioned into upright awkward posture, nonawkward posture, and nonupright time, i.e. sitting. Within a compositional approach framework, posture time compositions were expressed in terms of log-ratio coordinates for statistical analysis and modeling. Poisson generalized linear mixed models were used to analyze the relationship between arm elevation in upright postures and neck/shoulder pain, and between trunk forward bending in upright postures and low back pain, respectively. Isotemporal substitution analysis was used to investigate the association of pain assessment with the reallocation of time spent in the different postures.

Results: Time spent in awkward postures was modest, especially for the more extreme angles (60° and 90°). Adjusting for age, gender, and body mass index, our study suggested that the compositions of time spent by home care workers in awkward postures were significantly associated with pain assessment ($P < 0.01$). Isotemporal substitution analysis showed that reallocating 5 min from upright posture with arms elevated below to above 60° and 90° was associated with a 6.8% and 19.9% increase in the neck/shoulder pain score, respectively. Reallocating 5 min from a forward bending posture while upright below to above 30° , 60° , and 90° was associated with 1.8%, 3.5%, and 4.0% increase in low back pain, respectively.

Conclusions: Although the exposure to awkward postures was modest, our results showed an association between increased time spent in awkward postures and an increase in neck/shoulder pain and low back pain in home care workers. As musculoskeletal pain is the leading cause of sickness absence, these findings suggest that home care units could benefit from re-organizing work to avoid excessive arm elevation and trunk forward bending in workers.

Key words: accelerometer; arm elevation; compositional data; low back pain; neck/shoulder pain; occupational health; trunk forward bending; upright postures.

Received: November 3, 2023. Accepted: March 26, 2024.

© The Author(s) 2024. Published by Oxford University Press on behalf of the British Occupational Hygiene Society.

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), which permits unrestricted reuse, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Downloaded from <https://academic.oup.com/annweh/advance-article/doi/10.1093/annweh/wxae027/7644236> by guest on 16 April 2024

NOU



OPEN ACCESS

EDITED BY
Mardi A. Crane-Godreau,
Independent Researcher, Arlington, TX,
United States

REVIEWED BY
Leigh-ann Onnis,
James Cook University, Australia
Catherine Bodeau-Péan,
Independent Researcher, Paris, France

*CORRESPONDENCE
Bin Ren
✉ 1009080123@qq.com
Ya Su

✉ suyas@sjtu.edu.cn

Mi Xiang

✉ xiang-sjtu@hotmail.com

†These authors have contributed equally to
this work and share first authorship

RECEIVED 06 December 2023

ACCEPTED 05 April 2024

PUBLISHED 16 April 2024

CITATION

Xu W, Bao Y, Zhang L, Li Y, Zhang E, Li H,
Jin Q, Chen Y, Duan Q, Shi F, Wang L, Lu Z,
Chen X, Gao Q, Han H, Ren B, Su Y and
Xiang M (2024) Challenges and support needs
in psychological and physical health among
pilots: a qualitative study.
Front. Public Health 12:1351568.
doi: 10.3389/fpubh.2024.1351568

COPYRIGHT

© 2024 Xu, Bao, Zhang, Li, Zhang, Li, Jin,
Chen, Duan, Shi, Wang, Lu, Chen, Gao, Han,
Ren, Su and Xiang. This is an open-access
article distributed under the terms of the
Creative Commons Attribution License
(CC BY). The use, distribution or reproduction
in other forums is permitted, provided the
original author(s) and the copyright owner(s)
are credited and that the original publication
in this journal is cited, in accordance with
accepted academic practice. No use,
distribution or reproduction is permitted
which does not comply with these terms.

Challenges and support needs in psychological and physical health among pilots: a qualitative study

Wen Xu^{1,2,3†}, Yuyan Bao^{1,2,3†}, Lin Zhang^{4†}, Yunfei Li⁵,
Erliang Zhang⁶, Huilun Li⁶, Qingqing Jin⁴, Yan Chen⁴,
Qingqing Duan⁴, Feng Shi⁴, Linlin Wang⁴, Ziyang Lu³,
Xuhua Chen³, Qijing Gao³, Hangyu Han³, Bin Ren^{4*}, Ya Su^{7*} and
Mi Xiang^{1,2,6*}

¹International Peace Maternity and Child Health Hospital, School of Medicine, Shanghai Jiao Tong University, Shanghai, China, ²Shanghai Key Laboratory of Embryo Original Diseases, Shanghai, China, ³Shanghai Jiao Tong University School of Medicine, Shanghai, China, ⁴CAAC East China Aviation Personnel Medical Appraisal Center, Civil Aviation Shanghai Hospital, Shanghai, China, ⁵Department of Epidemiology and Prevention, Center for Clinical Sciences, National Center for Global Health and Medicine, Shinjuku, Japan, ⁶School of Public Health, Shanghai Jiao Tong University, Shanghai, China, ⁷School of Nursing, Shanghai Jiao Tong University, Shanghai, China

Introduction: Physical and mental health problems among pilots affect their working state and impact flight safety. Although pilots' physical and mental health problems have become increasingly prominent, their health has not been taken seriously. This study aimed to clarify challenges and support needs related to psychological and physical health among pilots to inform development of a more scientific and comprehensive physical and mental health system for civil aviation pilots.

Methods: This qualitative study recruited pilots from nine civil aviation companies. Focus group interviews via an online conference platform were conducted in August 2022. Colaizzi analysis was used to derive themes from the data and explore pilots' experiences, challenges, and support needs.

Results: The main sub-themes capturing pilots' psychological and physical health challenges were: (1) imbalance between family life and work; (2) pressure from assessment and physical examination eligibility requirements; (3) pressure from worries about being infected with COVID-19; (4) nutrition deficiency during working hours; (5) changes in eating habits because of the COVID-19 pandemic; (6) sleep deprivation; (7) occupational diseases; (8) lack of support from the company in coping with stress; (9) pilots' yearly examination standards; (10) support with sports equipment; (11) respecting planned rest time; and (12) isolation periods.

Discussion: The interviewed pilots experienced major psychological pressure from various sources, and their physical health condition was concerning. We offer several suggestions that could be addressed to improve pilots' physical and mental health. However, more research is needed to compare standard health measures for pilots around the world in order to improve their physical and mental health and contribute to overall aviation safety.

KEYWORDS

occupational health, mental health, physical health, qualitative study, pilots and cabin crew, COVID-19

RECORDA

Invassat

DADES DE SINISTRALITAT LABORAL EN LA COMUNITAT VALENCIANA DISPONIBLES EN EL PORTAL DE DADES OBERTES DE LA GENERALITAT

Dades anuals de sinistres (accidents de treball) de la Comunitat Valenciana en format reutilitzable per al seu tractament i aprofitament per part de les persones usuàries. S'inclouen, entre altres sèries, accidents segons àmbit territorial, per característiques del treballador, del lloc de l'accident i àmbit temporal en jornada de treball i in itinere. Les dades són provisionals. Seran definitius quan hagen transcorregut 5 anys des de la publicació.

- ▶ Dades de sinistralitat laboral en la Comunitat Valenciana [2022](#)
- ▶ Dades de sinistralitat laboral en la Comunitat Valenciana [2021](#)
- ▶ Dades de sinistralitat laboral en la Comunitat Valenciana [2020](#)
- ▶ Dades de sinistralitat laboral en la Comunitat Valenciana [2019](#)
- ▶ Dades de sinistralitat laboral en la Comunitat Valenciana [2018](#)
- ▶ Dades de sinistralitat laboral en la Comunitat Valenciana [2017](#)
- ▶ Dades de sinistralitat laboral en la Comunitat Valenciana [2016](#)
- ▶ Dades de sinistralitat laboral en la Comunitat Valenciana [2015](#)



Datos de siniestralidad laboral en la Comunitat Valenciana 2022

Estadísticas

Visitas y descargas realizadas en los últimos 14 días (actualización diaria)

Núm. de visitas: 16

Datos de siniestralidad laboral en la Comunitat Valenciana 2022

Datos anuales de siniestros (accidentes de trabajo) de la Comunitat Valenciana en formato reutilizable para su tratamiento y aprovechamiento por parte de las personas usuarias. Los datos proporcionados en este dataset son provisionales. Serán definitivos cuando hayan transcurrido 5 años desde la publicación.

Ver definición de campos

Accidente trabajo Año 2022 prevención riesgos sexo siniestralidad laboral

Datos y recursos

Datos de accidentes de trabajo en la Comunidad Valenciana 2022

Datos anuales de accidentes de trabajo de la Comunitat Valenciana en formato reutilizable para su tratamiento y aprovechamiento por parte de las personas usuarias. Se incluyen, entre...

[Explorar](#)

Información adicional

CAMPO VALOR

Origen de datos Institut Valencià de Seguretat i Salut en el Treball (INVASSAT)

Datos de accidentes de trabajo en la Comunidad ...

URL: <https://dadesobertes.gva.es/dataset/3726e391-3468-4a59-bd48-1c306694350a/resource/ca2cfa19-f2f5-464a-8b15-140e4b44e03d/download/datos-de-accidentes-de-trabajo-en-la-com...>

Datos anuales de accidentes de trabajo de la Comunitat Valenciana en formato reutilizable para su tratamiento y aprovechamiento por parte de las personas usuarias. Se incluyen, entre otras series, accidentes según ámbito territorial, por características del trabajador, del lugar del accidente y ámbito temporal en jornada de trabajo e in itinere. 2022

Explorador de Datos

[Pantalla completa](#) [Incrustar](#)

Agregar Filtro

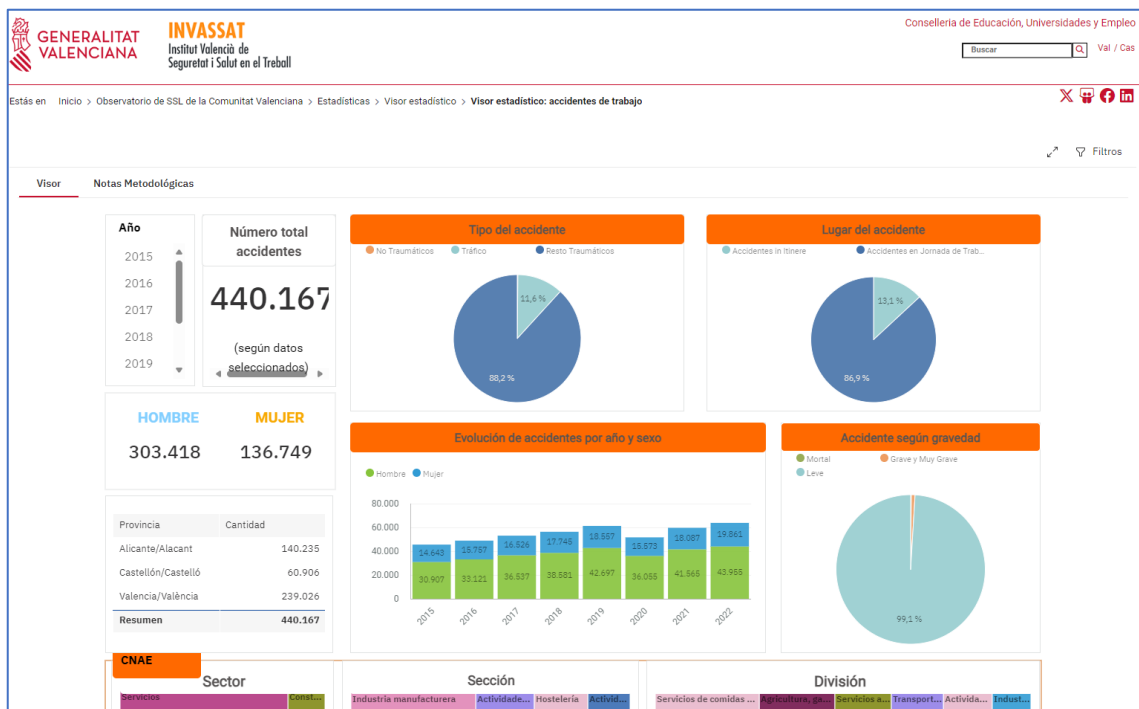
Tabla Gráfico Mapa 63816 registros

« 1 - (6381) »

Q Buscar dades... Anar » Filtros

_id	ANYO	SEXO	TIPO_D...	LUGAR	PROVIN...	GRAVE...	FORMA...	CNAE_S...	CNAE_S...	CNAE_...	RANGO...
1	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Valencia/...	Leve	Ahogami...	Servicios	Comerci...	Comerci...	40-44
2	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Valencia/...	Leve	Ahogami...	Servicios	Actividad...	Otras act...	35-39
3	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Valencia/...	Leve	Ahogami...	Servicios	Transpor...	Transpor...	35-39
4	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Valencia/...	Grave y ...	Amputac...	Industria	Industria...	Fabricaci...	45-49
5	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Valencia/...	Grave y ...	Amputac...	Industria	Industria...	Fabricaci...	45-49
6	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Valencia/...	Grave y ...	Amputac...	Industria	Industria...	Industria...	55-59
7	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Alicante/...	Grave y ...	Amputac...	Industria	Industria...	Industria...	35-39
8	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Castelló...	Grave y ...	Amputac...	Industria	Industria...	Industria...	35-39
9	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Castelló...	Grave y ...	Amputac...	Industria	Industria...	Industria...	45-49
10	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Alicante/...	Grave y ...	Amputac...	Industria	Industria...	Otras ind...	35-39
11	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Alicante/...	Leve	Amputac...	Construc...	Construc...	Actividad...	40-44
12	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Alicante/...	Leve	Amputac...	Construc...	Construc...	Actividad...	60-64
13	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Alicante/...	Leve	Amputac...	Servicios	Actividad...	Actividad...	45-49
20247	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Valencia/...	Leve	Golpe S...	Servicios	Educación	Educación	45-49
14	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Alicante/...	Leve	Amputac...	Servicios	Transpor...	Actividad...	45-49
15	2022	H	Resto Tr...	Accident...	Castelló...	Leve	Amputac...	Servicios	Actividad...	Actividad...	30-34

RECORDA



Accidentes de trabajo. Datos anuales en formato reutilizable

< Atrás

Datos anuales de accidentes de trabajo de la Comunitat Valenciana en formato reutilizable (.xlsx) para su tratamiento y aprovechamiento por parte de las personas usuarias. Se incluyen, entre otras series, accidentes según ámbito territorial, por características del trabajador, del lugar del accidente y ámbito temporal en jornada de trabajo e itinere.

Año	Conjunto de datos (.xlsx)	Fecha de actualización	Próxima actualización
2022	Datos provisionales	30.06.2023	31.12.2023
2021	Datos provisionales	31.12.2022	31.12.2023
2020	Datos provisionales	31.12.2022	31.12.2023
2019	Datos provisionales	31.12.2022	31.12.2023
2018	Datos provisionales	31.12.2022	31.12.2023
2017	Datos definitivos	31.12.2022	-
2016	Datos definitivos	31.12.2021	-
2015	Datos definitivos	31.12.2020	-



European Agency
for Safety and Health
at Work

DISCUSSION PAPER





MONITORING AND ENHANCING OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH IN SUPPLY CHAINS THROUGH SUSTAINABILITY ASSESSMENT FRAMEWORKS

Introduction

In today's rapidly evolving and globalised world, the imperative of sustainability within supply chains is reshaping the way businesses operate. Building on previous European Agency for Safety and Health at Work (EU-OSHA) reports,¹ this discussion paper aims to comprehensively answer the question of **how occupational safety and health (OSH) performance can be assessed and enhanced within supply chains as part of overarching sustainability frameworks**. To this end, opportunities and risks stemming from regulatory, technological and socioeconomic development factors are analysed. Additionally, currently available tools and methods are studied to find the gaps that need to be closed by prevention actors. Finally, recommendations for prevention actors are given.

Sustainability is defined by the United Nations (UN) as 'meeting the needs of the present without compromising the ability of future generations to meet their own needs'² and is a concept understood as the interdependencies between the society, environment and economy (United Nations, 2023). While OSH is usually considered in the social realm as it directly concerns the psychosocial and physical wellbeing of people at their workplace, it is an integral part of every dimension of sustainability. This is well reflected in the framework of the UN Sustainable Development Goals (SDGs), where OSH factors are core elements of SDG 3 'Good Health and Well-being' (e.g. Target 3.9: 'By 2030, substantially reduce the number of deaths and illnesses from hazardous chemicals and air, water and soil pollution and contamination'); SDG 8 'Decent Work and Economic Growth' (e.g. Target 8.8: 'Protect labour rights and promote safe and secure working environments for all workers, including migrant workers, in particular women migrants, and those in precarious employment'); SDG 12 'Responsible Consumption and Production' (e.g. Target 12.4: 'By 2020, achieve the environmentally sound management of chemicals and all wastes throughout their life cycle ... in order to minimize their adverse impacts on human health and the environment'); and SDG 16 'Peace, Justice and Institutions' (Reis et al., 2020; Kavouras et al., 2022), as can be seen in Figure 1. Thus, the integration of OSH practices concerns all three sustainability dimensions — environment, society, governance — and constitutes a core element of any transformative and holistic sustainability strategy, as employees are the primary internal stakeholder group of any organisation.³

Figure 1: SDGs related to OSH



Source: United Nations (2023)

As organisations are part of complex supply chains, suppliers, distributors, complementors, customers, sustainability performance goes far beyond the o

¹ EU-OSHA, 2012: [Promoting occupational safety and health](#)

² See: <https://www.un.org/en/academic-impact/sustainability>

³ EU-OSHA, 2004: [Corporate social responsibility and safety](#)

La política interna de desconexión digital como medida de prevención de riesgos laborales

Rafael GARCÍA GARCÍA*

RESUMEN: El art. 88.3 de la LO 3/2018, de 5 de diciembre, establece el deber de elaborar una política interna de desconexión que garantice «un uso razonable de las herramientas tecnológicas». La conexión permanente a través de dispositivos telemáticos es un importante factor estresor. Esto puede suponer importantes riesgos para la salud de los trabajadores, especialmente, riesgos psicosociales. Si no se pueden evitar, estos riesgos deberán estar evaluados, y han de estar planificadas las correspondientes medidas preventivas que deberían pasar por una regulación adecuada del derecho de desconexión. El empresario tiene la condición de garante y responsable de la seguridad y salud de los trabajadores a su cargo y habrá de ejercer su poder de dirección y control para evitar que los trabajadores hagan uso de los medios tecnológicos de la empresa para estar conectados fuera de las horas de trabajo, salvo en situaciones excepcionales o emergencias. La política y el protocolo de desconexión pueden convertirse en cauce adecuado para la garantía de este derecho y para el cumplimiento de las obligaciones preventivas.

Palabras clave: Desconexión, prevención, riesgos psicosociales.

SUMARIO: 1. Aproximación a la regulación jurídica del derecho de desconexión digital en España. 2. Desconexión digital y conciliación del trabajo con la vida personal y familiar. 3. La desconexión en el teletrabajo. 4. La desconexión como medida de prevención de riesgos laborales. 5. Instrumentos para la regulación del derecho a la desconexión digital de las personas trabajadoras. 6. Conclusiones. 7. Bibliografía.

* Profesor Contratado Doctor de Derecho del Trabajo y Relaciones Laborales, Universidad Católica San Antonio de Murcia (España).

Revista Internacional y Comparada de RELACIONES LABORALES Y DERECHO DEL EMPLEO
Volumen 12, número 1, enero-marzo de 2024
© 2024 ADAPT University Press – ISSN 2282-2313

Safety and health at work is everyone's concern. It's good for you.

RECORDA

PREVENCIÓN

CASTILLA Y LEÓN

**GAS RADÓN: RIESGO PARA LA SALUD,
ENTORNOS LABORALES Y PREVENCIÓN**

**CLAVES PARA MINIMIZAR LA TRANSMISIÓN
DE ENFERMEDADES RESPIRATORIAS INFECCIOSAS
EN EDIFICIOS**

**LA IMPORTANCIA DEL HABITAT ACÚSTICO
EN ENTORNOS LABORALES**

**FISIOTERAPIA EN LA EMPRESA: EL MEJOR ALIADO
PARA MEJORAR LA SALUD DE SUS TRABAJADORES
Y RENTABILIZAR LA ATENCIÓN AL BIENESTAR**

LA REVISTA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DE CASTILLA Y LEÓN NÚMERO 18

10 cursos básicos

- Nivel básico genérico (50 h)
- Sector educativo (50 h)
- Nanomateriales (50 h)
- Sector servicios (50 h)
- Sector de emergencias (70 h)
- Sector administración (50 h)
- Sector alimentario (50 h)
- Sector químico (50 h)
- Básico para trabajadoras y trabajadores autónomos (50 h)
- Básico para talleres de fallas y hogueras (50 h)

3 cursos de promoción de la PRL

- PRL para personal directivo (30 h)
- Transversalización de la SST en la Formación Primaria, Secundaria y Bachillerato (15 h)
- PRL para empleados y empleadas del hogar (15 h)

3 cursos específicos

- Planes de autoprotección (15 h)
- Electricidad estática: riesgos y medidas preventivas (15 h)
- Perspectiva de género y prevención de riesgos laborales (15 h)

**CAMPUS
VIRTUAL DEL
INVASSAT**

2024

www.invassat.gva.es

**16 cursos
155 días
2 ediciones**

**Edición de primavera
15.04 a 01.07**

Preinscripción
desde el 2 de abril

**Edición de otoño
01.10 a 16.12**

Preinscripción desde
el 16 de septiembre



GENERALITAT
VALENCIANA

INVASSAT
Institut Valencià de
Seguretat i Salut en el Treball

AGENDA PREVENCIÓNISTA



AGENDA PREVISTA

Esdeveniment	Lema	Data	Tipus	Organitza
34 International Congress on Occupational Health	Enhancing Occupational Health Research and Practices	28.04-03.05.2024	Presencial + En línea	International Commission on Occupational Health (ICOH)
XI Congreso Internacional y IV Nacional de Salud Laboral y Prevención de Riesgos	Salud Integral a debate: avances en las estrategias de prevención	22-24.05.2024	Presencial	SESST Sociedad Española de Salud y Seguridad en el Trabajo
Conference 2024 EUROSHNET	World in transition, Europe in adaptation, OSH under pressure	13-14.06.2024	Presencial + En línea	EUROSHNET
Working on Safety – WOS	Building a resilient future : towards sustainable safety in a rapidly changing world	22-25.09.2024	Presencial + En línea	German Social Accident Insurance (DGUV)

Objetivo

Queremos presentarles las VII Jornadas de Prevención de Riesgos Laborales en entorno sanitario en la Comunidad Valenciana. El objetivo de las mismas es el de mantener un foro de debate específico para abordar experiencias en vigilancia de la salud en Prevención de Riesgos Laborales.

En esta séptima edición, abordaremos temas relacionados con la actividad técnica y sanitaria que realizan los profesionales adscritos a los servicios de prevención en entorno sanitario.

Organiza

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales del Departamento de Salud de La Ribera

Inscripciones

Jornada gratuita

Para inscribirte escanea el QR o en este enlace

<https://goo.su/8UPkyJG>

En caso de duda envía un email a prevencion_laribera@gva.es



VII Jornadas de Prevención de Riesgos Laborales en el ámbito sanitario

Salón de actos del Hospital Universitario de La Ribera
17 de mayo de 2024



RECORDA



PROGRAMA

DE LA JORNADA TÉCNICA

25 de abril de 2024

*Jornada Técnica formato híbrido (Presencial/Streaming).
Salón de Actos del INSST - C/Torrelaguna, 73, Madrid*

Aforo limitado. Confirma tu asistencia

Presencial

Online

09:00 REGISTRO Y RECOGIDA DE MATERIAL

Emma Mauriz Osorio

INSST - Unidad Técnica de riesgos biológicos del CNNT

09:30 INAUGURACIÓN DE LA JORNADA TÉCNICA

Aitana Garí Pérez

Directora del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo

Félix Peinado Castillo

Director de la Oficina de la Organización Internacional del Trabajo para España

María Salazar Guerra

Jefa de Servicio Técnico en Oficina Española de Cambio Climático

María José García Tomás

Unidad Técnica de Agentes Físicos del CNNT. INSST

10:00 PONENCIA

GARANTIZAR UN TRABAJO SEGURO Y SALUDABLE AHORA EN UN CLIMA CAMBIANTE

Joaquín Pintado Nunes

Director del departamento de LABADMIN/OSHA (Servicio de Administración del Trabajo, Inspección del Trabajo y Seguridad y Salud en el Trabajo de OIT)

EL PAPEL DE LOS INTERLOCUTORES SOCIALES EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO PARA UNA TRANSICIÓN VERDE

Moderadora: Sara López González

Consejera técnica de la Oficina de la Organización Internacional del Trabajo para España

Miriam Pinto Lomeña

Jefa del Área de Asuntos Europeos e Internacionales en Dpto. Empleo, Diversidad y Protección Social de CEOE

10:15 MESA TÉCNICA

RIESGOS PARA LA SST RELACIONADOS CON EL CAMBIO CLIMÁTICO

Moderadora: Olga Sebastián García

Directora del Centro Nacional de Nuevas Tecnologías. CNNT. INSST

Héctor Tejero Franco

Responsable de Salud y cambio climático en el Ministerio de Sanidad

Elke Schneider

Especialista senior de SST en EU-OSHA

Miguel Canales Gutiérrez

Responsable de Formación y Prevención de Riesgos Laborales en CEPYME

Ana García de la Torre

Secretaria de Salud Laboral y Medio Ambiente en UGT

Carmen Mancheño Potenciano

Coordinadora salud laboral CCOO

11:50 CLAUSURA

12:00 CAFÉ

RECORDA



FORMACIÓN DE ESPECIALISTAS

Webinario:
Gestión preventiva de la Violencia Ocupacional Externa y de Servicios

16 de abril de 2024
CNNT-Madrid

OBJETIVOS

Conocer el concepto, la caracterización, los factores de riesgo, las consecuencias y aspectos a tener en cuenta en la gestión preventiva de la Violencia ocupacional externa y de servicios.

DIRIGIDO A

Previsionistas, personal de RRHH y población trabajadora.

CONTENIDOS

- Importancia de gestionar la violencia ocupacional externa y de servicios.
- Gestión preventiva: política empresarial, organización, entorno y personas trabajadoras.
- Ejemplo de la identificación del acto violento.

JORNADA PRESENCIAL

Y

ONLINE

VIII Taller dirigido al personal técnico de los Servicios de Prevención:

“Amianto: identificación, evaluación del riesgo laboral y posibles actuaciones”

18 de abril de 2024. Osalan (Barakaldo)

XXXII CONGRESO DERECHO Y SALUD

5, 6, 7 Junio de 2024
AUDITORIO ADDA
Av. de Jijona 5, Alicante

JS Juristas
de la Salud

**SALUD DIGITAL:
OPORTUNIDADES
VS
RIESGOS**

Mesa 6: (Sala de Conferencias): "EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES: PARA QUÉ?"

MODERA: D^a Susana López de Altuna. Subdirectora Asesoría Jurídica Osakidetza. Vocal Junta Directiva AJS

PONENTES:

- D^a Ana María Comesaña Álvarez. Directora General de Recursos Humanos del Servicio Gallego de Salud. "Plan de riesgos del Servicio Gallego de Salud: problemática en la aplicación de los resultados"
- Ilmo. Sr. Juan Carlos Benito Butrón. Magistrado de la Sala de lo Social del Tribunal Superior de Justicia del País Vasco. "Riesgos psicosociales y jurisdicción social"
- D. Javier Arrizabalaga Azumendi. Jefe de Servicio de Salud Laboral de Osakidetza. "Evaluación de riesgos psicosociales: herramientas de mejora o arma arrojadiza"

 **GEYSECO.es**
GESTIÓN DE CONGRESOS Y SOCIEDADES

SECRETARÍA TÉCNICA
TEL +34 932 212 242 secretariatecnica@ajs.es · www.ajs.es



ALS MITJANS

[Muere un trabajador en un accidente laboral en una depuradora de Majadahonda](#)

20minutos. 15.04.2024

[Muere un trabajador atropellado por una máquina en una fábrica de Moraleda de Zafayona](#)

Ideal. 15.04.2024

[Trabajador de 55 Años Hospitalizado en Guadalajara Tras Caer de 3 Metros en Azuqueca](#)

Diario de La Mancha. 15.04.2024

[Dos trabajadores heridos tras caer desde seis metros de altura en un pueblo de Toledo](#) El

Español. 15.04.2024

[Un trabajador se precipita desde seis metros cuando estaba reparando el tejado de una nave en el puerto de O Berbés](#) Faro de Vigo. 15.04.2024

[Educación retira el amianto de las cubiertas del CEIP Miguel Fortes Fortes de Benamargosa](#) La

Opinión de Málaga. 15.04.2024

[El cambio climático, un importante riesgo para la seguridad y la salud en el trabajo](#) UGT.es.

15.04.2024

[La exigencia del trabajo invisible de Enfermería: "La inteligencia artificial no va a venir a cuidar un paciente. Hay algo más que técnicas e instrumentos"](#) Pilar Pérez. El Mundo.

16.04.2024

[¿Cómo celebrar un "safety day"?](#) Prevencionar. 16.04.2024

[Fedea culpa a la Seguridad Social de que no se sepa cuántos fijos discontinuos están en inactividad](#) Alejandra Olcese. El Mundo. 16.04.2024

[Prueban la efectividad de los entornos virtuales para simular tareas en altura y examinar su efecto en la estabilidad postural](#) Prevención integral. 16.04.2024

[La construcción y el transporte concentran el 47% de los accidentes laborales mortales en jornada](#) El Español. 15.04.2024

[Empleadas del hogar en la brecha de la economía sumergida: "Estoy en tres casas y me pagan en b"](#) elDiario.es. 14.04.2024

[Un estudio indica los mejores países del mundo para conciliar vida personal y laboral: este es el puesto de España en el ranking](#) Jorge Herrero. ABC. 12.04.2024

[Las bajas laborales por problemas de salud mental entre el profesorado se triplican desde 2016](#) Canarias7. 12.04.2024

[Un turno de trabajo rotativo, partido o nocturno perjudica la salud según un estudio: ¿cuál es el horario ideal?](#) Cuatro. 12.04.2024

**VES AMB
COMPTE!!!**

Ficha Seguridad Vial N° 63: *Limpiaparabrisas*

2024



Uno de los elementos del coche que menos atención y cuidados recibe es el **limpiaparabrisas**. De hecho, en la mayoría de los casos los conductores sólo nos damos cuenta de que su estado no es óptimo cuando empieza a llover o a nevar. No obstante, **el buen funcionamiento del limpiaparabrisas es imprescindible para conducir con seguridad**, ya que el 90% de la información que recibimos al conducir le llega a través de la vista.

Por ello, te contamos a continuación como debemos cuidarlo.

➔ **Mantenimiento de las escobillas:**

Lo más recomendable a la hora de cuidar las escobillas del limpiaparabrisas es **limpiarlas con un paño con agua**, sin emplear productos químicos que puedan dañar las láminas de goma. Es importante limpiarlas periódicamente para eliminar los restos de grasa y suciedad. Además, es fundamental revisar de vez en cuando que las escobillas no están torcidas y que se adaptan correctamente al parabrisas del coche.



Si no es así, hay que **corregir la posición de las mismas de forma manual**.

➔ **Cómo actuar en casos de heladas o nevadas:**

Si el vehículo va a estar estacionado en la calle, es **aconsejable poner un cartón o un plástico entre las escobillas y el parabrisas**.

Asimismo, es **recomendable llevar anticongelante en el líquido limpiaparabrisas** para evitar que la lengüeta de goma de la escobilla se congele y se rompa.



Recuerda que **jamás se deben activar las escobillas si el parabrisas está congelado o hay mucha nieve sobre él**, puesto que se dañarían las propia escobillas o el motor del limpiaparabrisas al atascarse o pegarse por culpa del hielo o la nieve.

Plan General de Actividades Preventivas 2024

Vols saber?

[El libro de recetas de la evolución: los errores de 'copiar y pegar' que crearon el reino animal.](#) SINC. 15.04.2024.

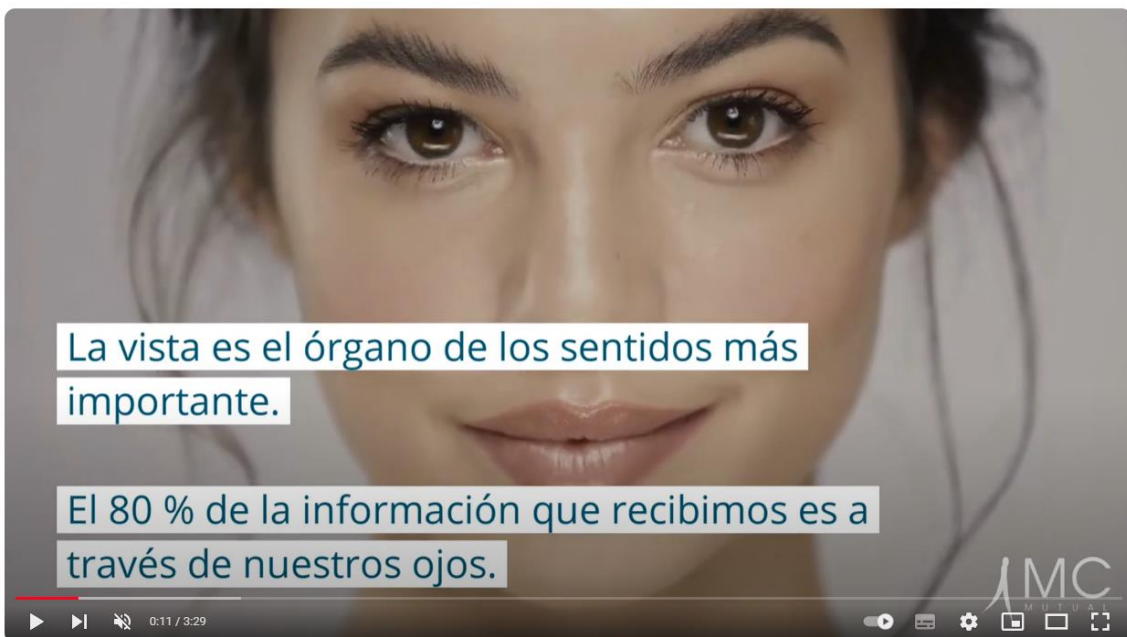
[La Tierra se mueve bajo nuestros pies: la velocidad a la que rota el núcleo interno oscila sin que pueda explicarse por qué.](#) Francisco José Torcal Milla. The Conversation. 15.04.2024.

[Emplean técnicas de luz ultrarrápidas para modificar materiales cristalinos, lo que podría dar inicio a una nueva electrónica.](#) CSIC. 15.04.2024.

[¿En qué consiste, exactamente, descansar?](#) El País. 13.04.2024.

[El drama de los estudiantes que utilizan IA generativa para sus trabajos.](#) Enrique Dans. 14.04.2024.

VES AMB
COMPTE!!!



MC MUTUAL. PRL. Salud ocular

NOVETATS LEGALS

DOGV

DOGV num. 9829, 16 d'abril de 2024. Sense novetats.

BOE

BOE num. 93, 16 d'abril de 2024. Sense novetats.

DOUE

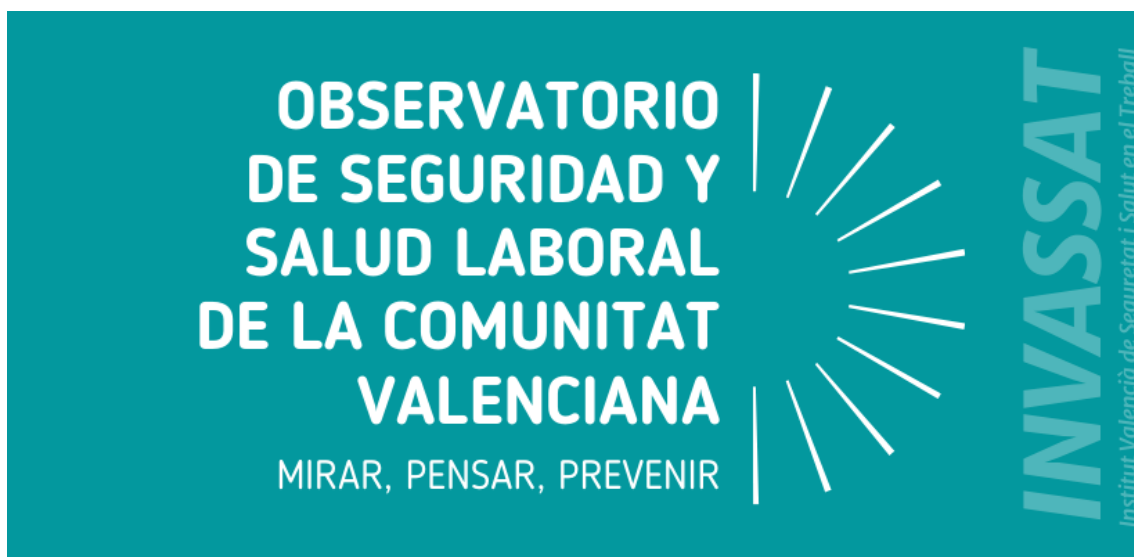
DOUE, 16 d'abril de 2024.

Reglamento Delegado (UE) 2024/1127 de la Comisión, de 8 de febrero de 2024, por el **que se completa el Reglamento (UE) 2019/1242 del Parlamento Europeo y del Consejo mediante el establecimiento de los principios rectores y los criterios para definir los procedimientos de verificación de los valores de las emisiones de CO2 y del consumo de combustible de los vehículos pesados en circulación (verificación en circulación)** https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/?uri=OJ:L_202401127

Reglamento (UE) 2024/1076 de la Comisión, de 15 de abril de 2024, que **modifica los anexos II y V del Reglamento (CE) n.o 396/2005 del Parlamento Europeo y del Consejo por lo que respecta a los límites máximos de residuos de bispiribaco, metosulam, orizalina, oxasulfurón y triazóxido en determinados productos** https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/?uri=OJ:L_202401076

Reglamento (UE) 2024/1078 de la Comisión, de 15 de abril de 2024, que **modifica los anexos II y IV del Reglamento (CE) n.o 396/2005 del Parlamento Europeo y del Consejo por lo que respecta a los límites máximos de residuos de azoxistrobina, flonicamid, isofetamid, mefentrifluconazol, metazacloro, pirimetanil y arena de cuarzo en determinados productos** https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/?uri=OJ:L_202401078

**VES AMB
COMPTE!!!**



NOVETATS AENOR - NORMES

[UNE-ISO/TS 24179:2024 IN](#) Gestión de los recursos humanos. Métricas en salud y seguridad ocupacional. CTN 314 - Gestión de los recursos humanos. 2024-04-10

[UNE-ISO 30414:2024](#) Gestión de los recursos humanos. Directrices para informes de capital humano internos y externos. CTN 314 - Gestión de los recursos humanos. 2024-04-10

RECORDA



UNE-ISO/TS 24179:2024 IN

 Gestión de los recursos humanos. Métricas en salud y seguridad ocupacional.

 Human resource management. Occupational health and safety metrics

 Management des ressources humaines. Métriques de santé et sécurité au travail

 Descargar extracto

 Ver parte del contenido de la norma >


Fecha Edición:	2024-04-10 / Vigente
ICS:	03.100.30 / Gestión de recursos humanos 13.100 / Seguridad en los puestos de trabajo. Higiene industrial
CTN:	CTN 314 - Gestión de los recursos humanos
Equivalencias internacionales:	ISO/TS 24179:2020 (Idéntico)

**VES AMB
COMPTÉ!!!**

FIR	SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DEL PERSONAL PROPIO
08	FICHAS INFORMATIVAS DE RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS

ILUMINACIÓN

FACTORES DE RIESGO

<ul style="list-style-type: none"> • Como parte de la evaluación ergonómica del puesto de trabajo, al estudiar la demanda visual de la tarea, se deben considerar: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Tipo de iluminación existente: natural o artificial ✓ Niveles de iluminación. ✓ Presencia de deslumbramientos, y reflejos molestos. ✓ Desequilibrios de luminancia e iluminancia. ✓ Contraste de la tarea. ✓ Proyección de sombras, parpadeos en la iluminación o efectos estroboscópicos. ✓ Fiel reproducción del color por parte de la iluminación. 	
--	---

MEDIDAS PREVENTIVAS

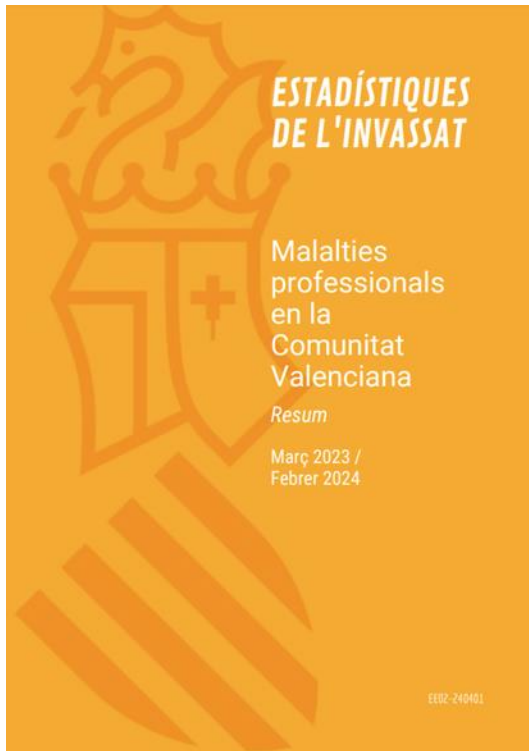
<ul style="list-style-type: none"> • Los efectos para la salud son de carácter variado. Los daños pueden ser pasajeros o convertirse en crónicos. Se pueden clasificar en: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Trastornos de carácter visual. Se le exige al sistema visual un esfuerzo extra que podría suponer la aparición de la fatiga visual y con el tiempo una reducción de la capacidad visual. ✓ Daños no visuales: fatiga, trastornos musculoesqueléticos originados por la adopción de malas posturas, caídas, choque con objetos, etc, debidos a una iluminación deficiente. • Emplear la luz natural siempre que sea posible. Posee mejores cualidades que la artificial y constituye un elemento de bienestar.; en caso de esta sea insuficiente, usar iluminación artificial como complemento. • Ubicar adecuadamente los puestos de trabajo respecto a las ventanas o claraboyas, evitando deslumbramientos y la proyección directa de la luz solar sobre las superficies de trabajo. • No colocar fuentes de alta luminancia sin protección en el campo visual del trabajador. • Emplear persianas, estores, cortinas y toldos, para evitar la radiación solar directa y los deslumbramientos. • Evitar los deslumbramientos indirectos producidos por superficies reflectantes situadas en la zona de trabajo o sus proximidades. • Al utilizar iluminación artificial se debe elegir la más adecuada adaptándola a las características de la actividad teniendo en cuenta: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Las exigencias visuales de las tareas desarrolladas, y adaptadas al campo visual. ✓ El número, distribución y características de las lámparas y luminarias: cantidad de luz que emite, rendimiento y duración, rendimiento en color (sobre objetos), color aparente (aparición de la luz que emite). ✓ No utilizar sistemas o fuentes de luz que perjudiquen la percepción de los contrastes, de la profundidad o de la distancia entre objetos en la zona de trabajo. ✓ Evitar los desequilibrios de luminancias, parpadeos, efectos estroboscópicos. ✓ Realizar un mantenimiento periódico de las luminarias: limpieza, y sustitución de lámparas fuera de servicio ✓ Los riesgos para la seguridad y salud de los trabajadores dependientes de las condiciones de visibilidad. ✓ Realizar un mantenimiento periódico de las luminarias: limpieza, y sustitución de lámparas fuera de servicio ✓ Reducir los deslumbramientos tanto directos como indirectos y los reflejos molestos. <p>Más información aquí. Los niveles mínimos de iluminación se pueden encontrar aquí.</p>
--

Complementar la información con la derivada de la evaluación del puesto de trabajo ([artículo 18 LPRL](#)).

Versión: 27/10/2022



PUBLICACIONS DE L'INVASSAT



Estadístiques

- [Estadística de enfermedades profesionales. Marzo 2023-Febrero 2024](#). 09.04.2024.
- [Estadística d'accidents de treball. Resum. Març 2022-Febrer 2024](#). 09.04.2024..
- [Estadística de accidentes de trabajo. Resumen. Marzo 2023-Febrero 2024](#). 09.04.2024.
- [Estadística de enfermedades profesionales. Marzo 2023-Febrero 2024](#). 09.04.2024.
- [Estadística de malalties professionals. Resum. Març 2022-Febrer 2024](#). 09.04.2024.
- [Estadística de enfermedades profesionales. Marzo 2023-Febrero 2024](#). 09.04.2024.

Observatori de SSL de la Comunitat Valenciana

- [Análisis descriptivo de los accidentes laborales derivados del uso de bicicletas y patinetes atendidos en el servicio de urgencias del Hospital intermutual de València 2019-2022](#). 29.02.2024.

Plans de l'INVASSAT

- [Pla d'acció anual de l'INVASSAT 2024](#). 19.12.2023.
- [Plan de acción anual del INVASSAT 2024](#). 19.12.2023.

Memòries d'activitat


- [Memòria d'activitats de l'INVASSAT 2022](#). 19.12.2023.
- [Memoria de actividades del INVASSAT 2022](#). 19.12.2023.

ÚLTIMES INCORPORACIONES A LA BIBLIOTECA DIGITAL DE PRL

Novetats incorporades al catàleg documental de l'INVASSAT el **15.04.2024**. Faça clic sobre la taula per a accedir a les dades bibliogràfiques, el resum i l'enllaç als documents originals.

Resultados 1 a 2 de 2			Acciones ▾
Ordenado por: Año Publicación/Descend			
Título	Autoría personal	Año Publicación	
1 La política interna de desconexión digital como medida de prevención de riesgos laborales [Artículos de revista]	García García, Rafael	2024	
2 Efectos adversos de la radiación cósmica en personal aeronáutico : revisión Sistemática [Artículos de revista]	Olivier Morillo, Valeria Ortiz-Ortiz, María Teresa Romero-Aguirre, Ana Cecilia Gonzales-Alvarado, Fátima Rosalyn	2023	

Resultados 1 a 2 de 2 Mostrar 25 ▾







Medicina y Seguridad del Trabajo (Internet)
<https://revistas.isciii.es/revistas.jsp?id=MST>

E-ISSN: 1989-7790
 NIPO: 834200091

doi: 10.4321/s0465-546x2023000300004
 Revisiones

Efectos adversos de la radiación cósmica en personal aeronáutico: Revisión Sistemática

Side effects of cosmic radiation on aeronautic personnel: Systematic Review

María Teresa Ortiz-Ortiz¹  0000-0003-2703-3526
 Ana Cecilia Romero-Aguirre²  0000-0002-5401-7436
 Valeria Olivier-Morillo³  0000-0002-4543-7359
 Fátima Rosalyn Gonzales-Alvarado⁴  0000-0009-8208-4562

¹Unidad Docente de Medicina del Trabajo de Madrid, España.
²Unidad Docente de Medicina del Trabajo de Islas Baleares, España.
³Unidad Docente de Medicina del Trabajo de Castilla y León, España.

Correspondencia
 Ortiz-Ortiz, María Teresa
 mtbo.ortiz@gmail.com

Recibido: 07.07.2023
Aceptado: 15.09.2023
Publicado: 30.09.2023


Contribuciones de autoría
 Las autoras y los autores de este trabajo han contribuido por igual.

Financiación
 Esta revisión no tuvo financiación.

Conflicto de intereses
 Los autores declaran no tener conflicto de interés.

Agradecimientos
 A María del Mar Polo de Santos. Este trabajo se ha desarrollado dentro del programa científico de la Escuela Nacional de Medicina del Trabajo del Instituto de Salud Carlos III en convenio con la Unidad Docente de la Comunidad de Madrid, Castilla y León y de Islas Baleares.

Cómo citar este trabajo
 Ortiz-Ortiz MT, Romero-Aguirre AC, Olivier-Morillo V, Gonzales-Alvarado FR. Efectos adversos de la radiación cósmica en personal aeronáutico: Revisión Sistemática. Med Segur Trab (Internet). 2023;69(272):160-186. doi:10.4321/s0465-546x2023000300004

 BY-NC-SA 4.0

Med Segur Trab (Internet). 2023;69(272):160-186 160

Introducción: el personal de vuelo y astronautas están sometidos a exposición ocupacional a radiación cósmica que podría producir la aparición de efectos patológicos. Hasta el momento, la evidencia disponible se orienta al estudio de patologías específicas sin recoger todos los posibles efectos adversos. Método: Revisión sistemática (RS) de la literatura publicada hasta enero 2023. Las bases de datos consultadas fueron PubMed, EMBASE, LILACS y Cochrane. Los descriptores utilizados fueron Adverse effects, Cosmic Radiation y Aeronautic. Se incluyeron estudios con información sobre eventos adversos de la radiación cósmica en trabajadores expuestos. Se evaluó la calidad de la evidencia. Resultados: se incluyeron 27 estudios (11 RS y 16 observacionales). Algunos estudios encontraron que los trabajadores aeronáuticos tenían mayor riesgo neoplásico (cáncer de mama, cerebro,

VES AMB COMPTE!!!

leucemia y melanoma) y de cataratas nucleares. Sin embargo, otros estudios no describieron el desarrollo de enfermedades neoplásicas ni otras patologías estudiadas (genéticas, ginecológicas o cardiovasculares) por radiaciones ionizantes. La calidad de las RS (AMSTAR.2) fue críticamente baja en la mayoría, y los estudios observacionales (STROBE) obtuvieron una media de alrededor del 72%. Conclusiones: la evidencia disponible no permite encontrar causalidad directa entre exposición a radiación cósmica y aparición de patologías en personal expuesto. Se consideran necesarios nuevos estudios bien diseñados.

INVASSAT A LES XARXES



GVA Invassat @GVAinvassat · 20h
 📌 CARTELL de @MCMUTUAL 📌 Recomendacions #TreballATorns i nocturn

👉 Seguir estes recomanacions t'ajudará a minimitzar el seu impacte negatiu

📌 Realitza mini descansos i pauses actives
 🍷 Menja una cosa lleugera
 🛌 Beu aigua sovint

Mostrar más

Recomendaciones trabajo a turnos y nocturno

Nuestro reloj corporal regula las funciones biológicas con un ritmo cíclico de aproximadamente 24 horas al que se denomina **ritmo circadiano**.

El **ritmo sueño-vigilia** está preparado para sincronizarse con el ritmo circadiano diario de luminosidad y de este modo, estar activo y despertar de día y poder dormir y descansar de noche.

Recomendaciones durante el turno de noche

- Siempre que puedas **realiza mini descansos y pausas activas**. Aprovecha para estirarte y moverte.
- No formes comidas copiosas antes de empezar a trabajar o durante el turno. **Como regla general, evita las comidas ricas en grasas, azúcares y alcohol.** Sigue los programas de nutrición, como los ejemplos de menú, para elegir los alimentos adecuados.
- Bebe agua frecuentemente para tener una buena hidratación.
- Evita las bebidas con cafeína o estimulantes, especialmente las horas antes de acostarte.

Recomendaciones generales

- Respetar los descansos: intenta dormir regularmente durante el periodo de noche. Identifica qué horas de sueño te va mejor, procura que sea lo más regular posible. Aquí puedes ver cómo dormir para estar bien.
- Quiero controlar el sueño en el trabajo: Aprende a controlar el sueño en el trabajo.
- Realiza actividades de formación y bienestar antes de comenzar el turno de noche para aumentar tu estado de alerta.
- Cuida tu alimentación: come de forma saludable y sigue un horario de comidas regular. Más allá como aprender tu rutina.
- Hidrátate con antelación los días libres para poder disfrutar de tu tiempo.
- Nunca al apuro de tu familia en la separación de tu tiempo y cuida tus relaciones familiares y sociales.

CREEMOS EN LA PREVENCIÓN | CUIDAMOS DE LAS PERSONAS

invassat
 do por Invassat Invassat · 19 h

SINIESTRALIDAD LABORAL EN LA COMUNIDAD VALENCIANA

Los datos abiertos de la **Generalitat Valenciana** recoge los datos anuales (accidentes de trabajo) de la Comunidad Valenciana at.gva.es/.../dades-siniestralitat-cv-portal...

Los datos que puedes acceder también a estos datos a través de nuestro Observatorio de #SSL del #INVASSAT <https://invassat.gva.es/>

Datos de siniestralidad laboral en la Comunidad Valenciana 2022


Esta tabla muestra los accidentes de trabajo de la Comunidad Valenciana en formato normalizado para su tratamiento y publicación.

Datos y recursos

Datos de accidentes de trabajo en la Comunidad Valenciana 2022

Esta tabla muestra los accidentes de trabajo de la Comunidad Valenciana en formato normalizado para su tratamiento y publicación por parte de las personas laborales. De incluir, entre:

CAMPO	VALOR
Origen de datos	Observatorio de Seguridad Social en el Trabajo
Fuente	https://at.gva.es/portal-estadisticas
Frecuencia de actualización	Anual
Geolocalización	No
Visitas en los últimos 14 días	18
Visitas totales	18
Creado	12 de abril de 2024, 11:08 (UTC+02:00)
Última actualización	15 de abril de 2024, 11:08 (UTC+02:00)
Fecha de inicio de datos	2022
Fecha de fin de datos	2022

 Organización
Internacional
del Trabajo

**Día Mundial
de la
Seguridad
y Salud en
el Trabajo
2024**

Se nos acaba el tiempo

Garantizar un trabajo seguro y saludable **ahora**
en un clima cambiante

Segueix-nos en...

PORTAL INVASSAT

Facebook – Twitter – LinkedIn – SlideShare

**L'INVASSAT
A LES
XARXES
SOCIALS**



LINKEDIN
<https://www.linkedin.com/in/invassatgva/>

TWITTER
<https://twitter.com/gvainvassat>

FACEBOOK
<https://www.facebook.com/Invassat.gva/>

PORTAL INVASSAT
<https://invassat.gva.es>

