

## EDITORIAL

*En el desarrollo de los Acuerdos alcanzados en la Mesa de Prevención de Riesgos Laborales entre los Interlocutores Sociales y el Gobierno y ratificados unánimemente por la Comisión Nacional de Salud y Seguridad en el Trabajo el pasado 29 de enero, se reflejan la necesidad de introducir cambios que lleven a una modernización de las Mutuas y a la adecuación de las actividades preventivistas comprendidas en la acción protectora de la Seguridad Social, así como, en la determinación de las acciones a desarrollar, instrumentadas a través de los Planes Generales de Actividades Preventivas a ejecutar por las mismas, y en la evaluación de sus resultados, para ello, se tiene que contar con la participación de los sectores sociales destinatarios de las mismas y de esta forma, alcanzar mayores niveles de eficacia en la consecución de los fines que les son propios.*

*En este sentido, el Acuerdo, fija la creación de un Consejo Tripartito formado por representantes de la Secretaría de Estado de la Seguridad Social y de las Organizaciones empresariales y Sindicales más representativas, a razón de cuatro por cada sector, hasta un máximo de doce miembros, al que así mismo asistirán con voz pero sin voto cuatro representantes de la Asociación de Mutuas de Accidentes de Trabajo (AMAT). Este Organismo tripartito, se constituirá durante el mes de marzo y corresponderá al mismo, en todo caso, el formular propuestas al órgano de dirección y tutela de las Mutuas, sobre las acciones preventivistas a incorporar al Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social, a desarrollar por la Mutuas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales de la Seguridad Social, así como, el conocimiento y evaluación de las actividades que se realicen.*

*Entre las acciones a desarrollar en el Plan General de Actividades Preventivas se tendrá en cuenta un programa dedicado específicamente a la formación de los trabajadores y de los empresarios, que será desarrollado por las Mutuas por su naturaleza de prestaciones de la acción protectora de la Seguridad Social, con la participación de los Agentes Sociales en su ejecución, este programa utilizará como elemento de referencia el Plan Nacional de Formación aprobado en la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo y con la normativa y el sistema general de formación profesional.*

*Igualmente y en el nuevo proceso abierto de modernización de las Mutuas, el Acuerdo prevé, la necesidad de que a lo largo del año 2003 se abra un debate amplio y en profundidad, cuyo comienzo se situará en el primer trimestre sobre el nuevo papel que ocupan las Mutuas y la conveniencia de adaptar determinadas estructuras de las mismas, como las Juntas Directivas, para que, en su caso, se incorporen a todos los sujetos e intereses afectados por sus funciones.*



FUNDACIÓN  
PARA LA  
PREVENCIÓN  
DE RIESGOS  
LABORALES

### Sumario

Nº 19 / Febrero-Marzo 2003

<b>Editorial</b>	<b>1</b>	<b>Normativa</b>	<b>8</b>
<b>Fichas prácticas</b>	<b>2</b>	<b>Preguntas y Respuestas</b>	<b>8</b>




# Identificación de productos químicos


**REAL DECRETO 363/1995, de 10 de Marzo de 1995**

por el que se regula la Notificación de Sustancias Nuevas y Clasificación, Envasado y Etiquetado de Sustancias Peligrosas.


## Clasificación de peligrosidad




T = tóxico  
T\* = Muy tóxico




F = Inflamable  
F\* = Muy inflamable




Xn = Nocivo  
Xi = Irritante




N = Peligroso para el medio ambiente



E = Explosivo



O = Comburente



C = Corrosivo



T (Tóxico)



F\* (Extremadamente inflamable)

Descripción del riesgo  
(Frases R\*)

Medidas preventivas  
(Frases S\*)

(Identificación del producto)

XXX-XXX-X

(Composición del producto)

XXX-XXX-X

(Responsable de la comercialización)

Nombre, dirección y teléfono del fabricante, importador o suministrador

(si la sustancia se encuentra en el Anexo I del R.D.363/1995)

Etiqueta CE

**Identificación del producto:** Nombre químico de la sustancia -nomenclatura internacional- o nombre comercial del preparado.

- **Número CE** (sólo para sustancias). Formado por 7 dígitos escritos con el formato XXX-XXX-X, que corresponde al número de registro de la sustancia incluida en una de las dos listas siguientes:
  - EINECS (Inventario europeo de sustancias comerciales existentes). Esta relación comienza por el número 200-001-8
  - ELINCS (Lista europea de sustancias notificadas). Esta relación comienza por el número 400-010-9
  - "Etiqueta CE" si la sustancia se encuentra en el Anexo I del R.D.363/1995.

**Composición** (sólo para los preparados): En función de la concentración y toxicidad de las sustancias que lo componen, se citará o no el nombre químico de alguna de ellas, precedido de "Contiene...".

Se deberá citar el nombre de las sustancias que dan lugar a la clasificación del preparado como sensibilizante, carcinógeno, mutágeno o tóxico para la reproducción.

**Responsable de la comercialización:** Nombre, dirección y teléfono del fabricante, importador o distribuidor del producto en la Unión Europea.

**Identificación de peligros principales** mediante los símbolos (pictogramas) y las indicaciones de categorías de peligro (ej. tóxico, fácilmente inflamable, etc.)

**Descripción del riesgo (Frases R)** que complementan y describen los riesgos principales o específicos, (máximo 6 frases). Ejemplo: R14 (Reacciona violentamente con el agua)

**Medidas preventivas (Frases S)** que indican los consejos de prudencia en relación con el uso del producto químico. (Por regla general, máximo 6 frases). Ejemplo: S1 (Consérvese bajo llave).

**Combinación de frases R**, ejemplo: R15/29 (En contacto con el agua, libera gases tóxicos y extremadamente inflamables).

**Combinación de frases S**, ejemplo: S3/9/49 (Consérvese únicamente en el recipiente de origen, en lugar fresco y bien ventilado).



# Fichas prácticas

## Tupí

*En el año 2000, los accidentes laborales con baja en las ramas de actividad de madera y mueble ascendieron a 31.275, siendo 477 graves y 17 mortales.*

*Los accidentes producidos por las máquinas son el 10 % del total y responsables de casi un 20 % de los accidentes graves*

Gracias a la existencia de reglamentación dirigida, a lograr que las máquinas que se ponen al servicio de las empresas españolas sean más seguras, se aprecia un estancamiento en el número de acci-

dentos producidos por las máquinas en los últimos 5 años, a pesar de que la actividad económica, y en consecuencia la población trabajadora ha aumentado en dicho período.

### Una de las máquinas que más accidentes provoca es la tupí

Distribución de los AT en jornada de trabajo con baja por tipo de máquina y gravedad

TIPO DE MAQUINA	LEVE	GRAVE	MORTAL	TOTAL	%GRAVES/TOTAL
Sierras circulares	2.956	192	1	3.139	6,1
Sierras sin especificar	2.174	66		2.240	2,9
Sierras de cadenas o motosierras	953	53	1	1.007	5,3
Lijadoras o pulidoras de banda	593	18		611	2,9
Cepilladoras	491	29		520	5,6
<b>Moldeduras o tupí</b>	<b>264</b>	<b>56</b>		<b>320</b>	<b>17,5</b>
Canteadoras o escuadradoras	155	29		184	15,8
Sierras de cinta o alternativas	171	9		180	5,0
Tronzadoras de disco	129	12		141	8,5
Escopleadoras	127	2		129	1,6
Universales o combinadas	77	6		83	7,2
Barrenadoras	71	3		74	4,0
<b>Accidentes totales</b>	<b>856.268</b>	<b>11.771</b>	<b>1.104</b>	<b>869.161</b>	<b>1,4</b>



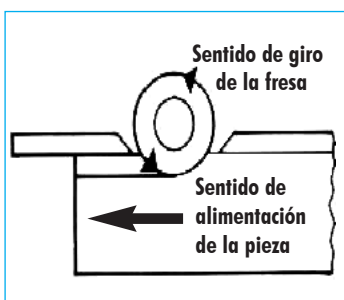
Se utiliza para la modificación de perfiles de piezas de madera, por creación de ranuras, galces, molduras, etc., mediante la acción de un útil recto o circular que gira sobre un eje normalmente vertical, aunque en determinados casos puede ser horizontal (útil montado sobre el eje de una universal).

## Riesgos concretos

## Contacto con la herramienta de corte

Es evidente que estamos ante una herramienta cortante, cuyo contacto con el trabajador origina la mayoría de los accidentes que se producen con la tupí. La mejor manera de evitar esto es trabajar a "útil no visto", esto quiere decir que la pieza debe ocultar la herramienta de corte. Así la propia pieza a cortar se convierte en protección de la tupí al hacerla inaccesible durante toda la operación de corte.

Para evitar la proyección de la pieza que se está cortando y que las manos del operario entren en contacto con la herramienta de corte, la alimentación de la pieza debe realizarse en sentido contrario al del giro del útil, en todas las operaciones en que sea posible.



Así la pieza está correctamente sujeta y se atenúa la posibilidad de proyección de la misma.

Del mismo modo, para evitar que el operario entre en contacto con la herramienta de corte existen toda una serie de mecanismos que se adosan a la propia máquina como son el adosamiento de una contraplaca a las semirreglas-guía; las protecciones para operaciones corridas; la utilización del carro de alimentación manual; toda una serie de protectores para la herramienta de corte, de guía, de pantalla transparente, de láminas metálicas, de peines; tipo túnel o jaula.

## Golpes y/o contusiones por el retroceso imprevisto y violento de la pieza que se trabaja

Aunque el número de accidentes producidos por esta circunstancia es escaso, la gravedad de los mismos hace necesario consignarlo ya que de retroceder violentamente la pieza, las manos del trabajador se precipitarían sobre el útil de corte, lo que sería fatal. Esto se produciría en el caso de que las piezas no estén bien sujetas, o que haya nudos en la madera o también porque la herramienta de corte no esté bien afilada. Para evitar estos riesgos se recomienda el uso de herramientas de corte correctamente afiladas y útiles adecuados a las características de la madera. Se procurará no realizar pasadas de gran profundidad, siendo mucho más seguras las pasadas sucesivas y progresivas de corte. Y por último el uso de útiles antirretroceso de limitación continua del paso de trabajo.

## Proyección de herramientas de corte y accesorios en movimiento

Igualmente el número de accidentes que se producen por este motivo es bajo, pero las consecuencias de que ocurriera se presu-

men muy graves para el operario. Puede darse por las siguientes causas: bien por trabajar con velocidad inadecuada en la herramienta de corte, bien porque no se haya fijado correctamente dicha herramienta, también porque no se haya hecho un correcto equilibrado de las herramientas de corte o accesorios, incluso porque se utilicen accesorios inadecuados para la tupí. La mejor manera de evitar estos hechos es que los útiles estén contruidos con materiales de primera calidad y sin defectos, nada de reparaciones con soldadura de herramientas rotas, ni utilizar útiles que presenten fisuras o puntos iniciales de rotura.

Evidentemente, para cada trabajo se ha de emplear el útil necesario con velocidad y diámetro adecuados y nunca superarse la velocidad máxima recomendada por el fabricante. Fijar el árbol con cuidado y precisión, comprobando antes de la puesta en marcha que las herramientas están perfectamente equilibradas. Se recomienda el uso de fresas con preferencia sobre los hierros rectos.



Existen **OPERACIONES A CIEGAS** para las que es inviable la utilización del carro de alimentación manual o automática, así como los distintos tipos de protectores anteriormente citados. En estas operaciones el ataque se produce en un punto intermedio de la pieza para lo cual se apunta el extremo posterior. Esto entraña un gran riesgo porque cualquier falta de atención por parte del operario al estar pendiente de observar que coincida la parte posterior con la zona marcada o cuando se pretende aprovechar la pieza alimentándola en sentido del giro. Para evitar todo esto se recomienda instalar topes de inicio y final de ataque en donde se encajan respectivamente la parte posterior y anterior de la pieza que se mecaniza y cobertores de pantalla frontal cuya función protectora está en función del vuelo de la pantalla.

Para finalizar indicar que existen los **EMPUJADORES**, que no siendo en sí mismo elementos de protección para la tupí, si aumentan la seguridad al trabajar con ella, ya que mantienen las manos del operario lejos de la herramienta de corte. Ahora bien, debe ser considerada una medida complementaria, pero en ningún caso, sustitutoria de las anteriores.



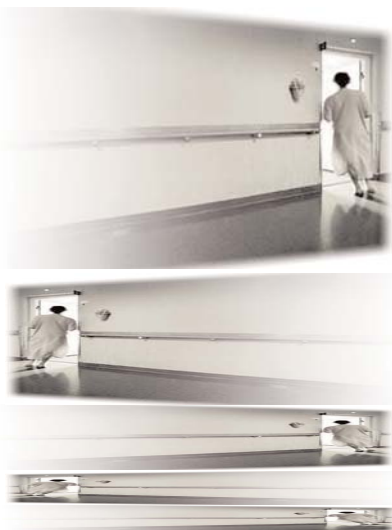
## Síndrome de Burnout

*El origen de este término, parte de los estudios de Freudenberger en 1974, en torno al desgaste extremo de un empleado, continuados, entre otros por García Izquierdo, que en 1991 definió el término como un problema característico de los trabajos de servicios humanos, aquellas profesiones que deben mantener una relación continua con ayuda hacia el cliente: médicos, profesores, enfermeras, asistentes sociales, psiquiatras, psicólogos, policías, etc...*



## El síndrome del “quemado” incluye:

- Agotamiento emocional, que se refiere a la disminución y pérdida de recursos de tipo emocional.
- Despersonalización o deshumanización, consistente en el desarrollo de actitudes negativas, de insensibilidad y de cinismo hacia los receptores de servicio prestado.
- Falta de realización personal con tendencias a evaluar el propio trabajo de forma negativa, con vivencias de insuficiencia profesional y baja autoestima personal.
- Síntomas físicos de estrés, como cansancio y malestar general.



Manifestaciones mentales: Sentimientos de vacío, agotamiento, fracaso, impotencia, baja autoestima y pobre realización personal. Es frecuente apreciar nerviosismo, inquietud, dificultad para la concentración y una baja tolerancia a la frustración, con comportamiento paranoide y/o agresivo hacia los clientes, compañeros y la propia familia.

Manifestaciones físicas: Cefaleas, insomnio, algias osteomusculares, alteraciones gastrointestinales, taquicardia, etc.

Manifestaciones conductuales: Predominio de conductas adictivas y evitativas, consumo aumentado de café, alcohol, fármacos y drogas ilegales, ausentismo laboral, bajo rendimiento personal, distanciamiento afectivo de los clientes y compañeros y frecuentes conflictos interpersonales en el ámbito del trabajo y dentro de la propia familia.

## El síndrome se desarrolla en tres fases evolutivas

Tiene lugar un desbalance entre las demandas y los recursos, es decir se trataría de una situación de estrés psicosocial.

Se produce un estado de tensión psicofísica.

Se suceden una serie de cambios conductuales, consecuencia de un afrontamiento de tipo defensivo y huidizo, que evita las tareas estresantes y procura el alejamiento personal, por lo que hay una tendencia a tratar a los pacientes de forma distanciada, rutinaria y mecánica, anteponiendo cínicamente la gratificación de las propias necesidades al servicio que presta.

*Este síndrome, que originalmente era observado en profesionales como los antes citados, hoy se extiende a todos aquellos que interactúan en forma activa y dentro de estructuras funcionales*

## Se manifiesta en cuatro niveles de patologías

### NIVEL I

Falta de ganas de ir a trabajar. Dolor de espalda y cuello. Sensación de no sentirse bien sin saber por qué.

### NIVEL II

Empieza a molestar la relación con otros. Comienza una sensación de persecución, de que todos están en contra suya, se incrementa el ausentismo y la rotación.

### NIVEL III

Disminución notable en la capacidad laboral. Pueden comenzar a aparecer enfermedades psicósomáticas (alergias, soriasis, picos de hipertensión, etc). En esta etapa se comienza la automedicación, que al principio tiene efecto placebo pero luego requiere de mayor dosis. En este nivel se ha verifi-

cado el comienzo de la ingestión alcohólica.

### NIVEL IV

Esta etapa se caracteriza por el alcoholismo, drogadicción, intentos de suicidio, enfermedades graves como cáncer, accidentes cardiovasculares, etc. Durante esta etapa, en los previos, se tiende a abandonar el trabajo (hacerse echar).

## Características generales del síndrome

Es insidioso, se desarrolla poco a poco, de forma apenas perceptible y va oscilando unas veces es más notorio, en otros momentos, apenas se aprecia.

Se tiende a negar, porque es entendido por el que lo sufre como un fracaso profesional y personal. Son los compañeros los que primero lo notan.

Existe una fase irreversible, en algunos casos, entre un 5% y un 10%, el síndrome, alcanza tales niveles, en los que la única solución es el abandono del ejercicio.



# Escala de Maslach

Por medio de este cuestionario se puede medir el desgaste profesional

Deberemos de responder en función del siguiente cuadro:

- 0 NUNCA
- 1 POCAS VECES AL AÑO
- 2 UNA VEZ AL MES O MENOS
- 3 UNAS POCAS VECES AL MES O MENOS
- 4 UNA VEZ A LA SEMANA
- 5 POCAS VECES A LA SEMANA
- 6 TODOS LOS DIAS

Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo

Me siento cansado al final de la jornada de trabajo

Me siento fatigado cuando me levanto por la mañana y tengo que ir a trabajar

Comprendo fácilmente como se sienten los pacientes / clientes

Trato a algunos pacientes / clientes como si fueran objetos impersonales

Trabajar todo el día con mucha gente es un esfuerzo

Trato eficazmente los problemas de los pacientes / clientes

Me siento "quemado" por mi trabajo

Creo que influyo positivamente con mi trabajo en la vida de las personas

Me he vuelto más insensible con la gente desde que ejerzo esta profesión / trabajo

Me preocupa el hecho de que este trabajo me endurezca emocionalmente

Me siento muy activo

Me siento frustrado en mi trabajo

Creo que estoy trabajando demasiado

Realmente no me preocupa lo que le ocurre a mis pacientes / clientes

Trabajar directamente con personas me produce estrés

Puedo crear fácilmente una atmósfera relajada con mis pacientes / clientes

Me siento estimulado después de trabajar con mis pacientes / clientes

He conseguido muchas cosas útiles en mi profesión / trabajo

Me siento acabado

En mi trabajo trato los problemas emocionales con mucha calma

Siento que los pacientes / clientes me culpan por alguno de sus problemas

A continuación, sume las respuestas dadas a los ítem que se señalan:

VALOR  
TOTAL

## Cansancio emocional

RESPUESTAS A SUMAR: 1,2,3,6,13,14,16,20

## Despersonalización

RESPUESTAS A SUMAR: 5,10,11,15,22

## Realización Personal

RESPUESTAS A SUMAR: 4,7,9,12,17,18,19,21

## Resultados

### SUBESCALA DE AGOTAMIENTO EMOCIONAL

Valora la vivencia de estar exhausto emocionalmente por las demandas del trabajo.

Puntuación máxima 54, se considera alta por encima de 33.

### SUBESCALA DE DESPERSONALIZACIÓN

Valora el grado en que cada uno reconoce actitudes de frialdad y distanciamiento.

Puntuación máxima 30, se considera alta por encima de 20.

### SUBESCALA DE REALIZACIÓN PERSONAL

Evalúa los sentimientos de auto eficacia y realización personal en el trabajo.

Puntuación máxima 48, se considera baja por debajo de 33.

**PUNTUACIONES ALTAS EN LOS DOS PRIMEROS Y BAJA EN EL TERCERO DEFINEN EL SÍNDROME**

**MINISTERIO DE CIENCIA Y  
TECNOLOGÍA**

**REAL DECRETO 1437/2002, de 27 de diciembre**, por el que se adecuan las cisternas de gasolina al Real Decreto 2102/1996, de 20 de septiembre, sobre control de emisiones de compuestos orgánicos volátiles (C.O.V.).

BOE núm. 20 de  
23 de enero de 2003

**MINISTERIO DE TRABAJO  
Y ASUNTOS SOCIALES**

**CORRECCIÓN de errores de la Orden TAS/2926/2002**, de 19 de noviembre, por la que se establecen nuevos modelos para la notificación de los accidentes de trabajo y se posibilita su transmisión por procedimiento electrónico.

BOE núm. 33 de  
7 de febrero de 2003

**MINISTERIO DE LA PRESIDENCIA**

**REAL DECRETO 117/2003, de 31 de enero**, sobre limitación de emisiones de compuestos orgánicos volátiles debidas al uso de disolventes en determinadas actividades.

BOE núm. 33 de  
7 de febrero de 2003

**MINISTERIO DE LA PRESIDENCIA**

**REAL DECRETO 99/2003, de 24 de enero**, por el que se modifica el Reglamento sobre notificación de sustancias nuevas y clasificación, envasado y etiquetado de sustancias peligrosas, aprobado por el Real Decreto 363/1995, de 10 de marzo.

BOE núm. 30 de  
4 de febrero de 2003

**Pregunta:** Me gustaría que me aclarases si las revisiones que anualmente realiza la empresa a través de alguna mutua son obligatorias para el trabajador tengo entendido que las normales son voluntarias pero las específicas del puesto de trabajo son obligatorias según los artículos 195 y 196 de la ley de la seguridad social.

Luis Vigara Hidalgo

**Respuesta:** Estimado compañero, desde el punto de vista legal, ningún reconocimiento médico, ni general (que están suprimidos por la norma TAS, y que sólo seguirán realizándose donde estén recogidos en Convenio Colectivo) ni específico, el recogido en el artículo 22 que habla de vigilancia a la salud, son obligatorios, el propio artículo dice:

*1 El empresario garantizará a los trabajadores a su servicio la vigilancia periódica de su estado de salud en función de los riesgos inherentes al trabajo. Esta vigilancia sólo podrá llevarse a cabo cuando el trabajador preste su consentimiento. De este carácter voluntario sólo se exceptuarán, previo informe de los representantes de los trabajadores, supuestos en los que la realización de los reconocimientos sea imprescindible para evaluar los efectos de las condiciones de trabajo sobre la salud de los trabajadores o para verificar si el estado de salud del trabajador puede constituir un peligro para el mismo,...*

Que su carácter sea voluntario, no quiere decir que no debáis hacérselo, nuestra recomendación es que aceptéis voluntariamente estos reconocimientos específicos del puesto, que van a redundar en mejoras para vuestra salud y seguridad en el trabajo.

**Pregunta:** Voy a montar un taller de mecanizado y estoy buscando la legislación existente sobre esta industria en cuanto a la seguridad de los trabajadores y en aspectos como la distribución y separación necesaria entre las zonas donde están las máquinas, las oficinas y los espacios reservados para los trabajadores.

Felipe Hernández

**Respuesta:** Estimado compañero, te interesan varias normas, y todas ellas las puedes encontrar en internet, te las voy a ir enumerando y te facilitaré la página web en la que puedes consultarlas:

**En primer lugar** el real decreto 486/1997 sobre lugares de trabajo, donde podrás consultar la distribución, separación, servicios, oficinas...

<http://www.mtas.es/insht/legislation/RD/lugares.htm>

**En segundo lugar**, para la oficina existe normativa específica que es el real decreto 488/1997 sobre pantallas de visualización de datos.

<http://www.mtas.es/insht/legislation/RD/pantalla.htm>

**En tercer lugar**, la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, 31/1995.

<http://www.ugt.es/slaboral/LPRL-actualizada.pdf>

junto con el Reglamento de Los Servicios de Prevención 39/1997

<http://www.mtas.es/insht/legislation/RD/rd39.htm>

Presta también atención a la normativa sobre edificación para temas de emergencia y evacuación Real Decreto 2177/1996. [http://www.mtas.es/insht/legislation/RD/nbe\\_cpi.htm](http://www.mtas.es/insht/legislation/RD/nbe_cpi.htm)

Es probable que algunas de estas normas te remitan a otras, te recomiendo usar nuestra página web de salud laboral para consulta de legislación complementaria:

<http://www.ugt.es/slaboral/principal.htm>

**Envíanos tus preguntas, dudas, sugerencias, etc ...  
y las contestaremos en próximos números.**

**UGT- Salud Laboral**

**C/ Hortaleza, 88 - 28004 Madrid**

**Correo electrónico: [slaboral@cec.ugt.org](mailto:slaboral@cec.ugt.org)**