

Prevención de riesgos laborales para PYME
**¿Qué puedes encontrar en Mutua
Universal para ayudarte?**





Qué es la Prevención de Riesgos Laborales: lo que debes saber



Conoce los fundamentos de la Prevención de Riesgos Laborales



Como aplicar la Prevención de Riesgos Laborales en tu empresa

¿Qué puedes encontrar en Mutua Universal para ayudarte?

Elaborado por los técnicos del Área de Prevención de Riesgos Laborales de Mutua Universal.

Fecha de edición, octubre 2017

Este documento no podrá ser reproducido total o parcialmente, ni transmitirse por procedimientos electrónicos, mecánicos, magnéticos o por sistemas de almacenamiento y recuperación informáticos u otros métodos, quedando prohibidos su préstamo, alquiler o cualquier otra forma de cesión del uso del ejemplar, sin el permiso previo y por escrito de Mutua Universal.

 **Mutua Universal**

Plan General de Actividades Preventivas de la Seguridad Social



ÍNDICE

- 01** ¿Por qué y en qué podemos ayudarte?
- 02** Actividades de asesoramiento en prevención
- 03** Jornadas de orientación técnica
- 04** Campus virtual de prevención
- 05** Materiales de difusión de la prevención
- 06** Otras herramientas: CLPplay
- 07** Estadísticas de A.T.
- 08** Programas de reducción de la siniestralidad
- 09** Actividades de sensibilización

1. ¿Por qué y en qué podemos ayudarte?

La Ley General de la Seguridad Social vigente establece que **las actividades preventivas de la acción protectora de la Seguridad Social son prestaciones asistenciales a favor de los empresarios asociados y de sus trabajadores dependientes**, así como de los trabajadores por cuenta propia adheridos, que no generan derechos subjetivos, **dirigidas a asistir a los mismos en el control y, en su caso, reducción de los accidentes de trabajo y de las enfermedades profesionales de la Seguridad Social.**

En el reglamento sobre colaboración de las mutuas de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales de la Seguridad Social se establece **que las mutuas pueden desarrollar actividades para la prevención de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales a favor de las empresas asociadas y de sus trabajadores dependientes, y de los trabajadores por cuenta propia adheridos que tuvieran cubiertas las contingencias citadas.**

El Ministerio de Empleo y Seguridad Social establece, a través de resoluciones anuales, qué actividades preventivas pueden ser desarrolladas por las mutuas colaboradoras (pudiendo variar sus criterios en cada resolución), así como la disponibilidad presupuestaria existente cada año para su financiación (actualmente, los gastos que se pueden destinar a la ejecución de dichas actividades preventivas por cada mutua son de hasta el 0,7 % de sus ingresos por cuotas de contingencias profesionales). **Lo que significa que dichas actividades no suponen ningún gasto directo para las empresas asociadas para las que se desarrollan.**



De las actividades preventivas desarrolladas por las mutuas **quedan excluidas las que los empresarios deben desarrollar mediante alguna de las modalidades de organización de la actividad preventiva por imperativo de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.**

Es decir, que dichas actividades podrán **complementar, pero no sustituir**, las obligaciones legales directas que los empresarios asumen a través de la modalidad de organización preventiva establecida para su empresa (asunción del empresario, designación de trabajador, servicio de prevención ajeno, etc.).



Así, dentro de este marco legal, en Mutua Universal, como mutua colaboradora con la Seguridad Social, desarrollamos programas y actividades de asesoramiento, orientación técnica y asistencia para que nuestras empresas asociadas puedan complementar su actividad preventiva, ayudándolas a llevar a cabo una gestión eficaz en materia de prevención de accidentes y enfermedades profesionales.

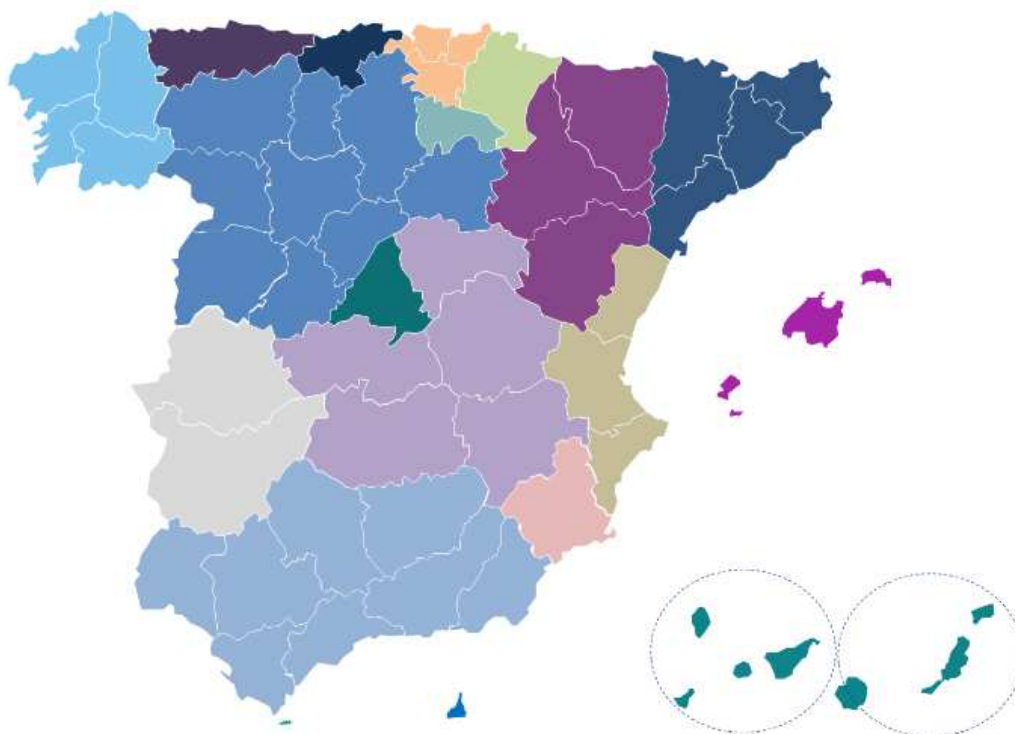
<https://www.mutuauniversal.net/es/servicios/gestion-de-la-prevencion>

Se exponen los siguientes ejemplos con el fin de aclarar qué actividades debe desarrollar la empresa obligatoriamente (según la Ley de Prevención de Riesgos Laborales) y en cuáles puede ayudar y complementar Mutua Universal:

- › Todas las empresas han de tener una **evaluación de riesgos llevada a cabo por la modalidad organizativa establecida** (trabajador designado, servicio de prevención ajeno, etc.), **algo que no puede realizar Mutua Universal**; pero sí organizamos actividades formativas sobre cómo evaluar riesgos (metodologías, procedimientos...), difundimos nuevos métodos de evaluación de riesgos, ponemos a disposición de las empresas bases de datos sobre legislación, ofrecemos información sobre riesgos, etc.

- › Todas las empresas han de **informar y formar a sus trabajadores** en relación con los riesgos y medidas preventivas de sus puestos de trabajo a través de la **modalidad organizativa establecida** (trabajador designado, servicio de prevención ajeno, etc.), algo **que no puede impartir directamente Mutua Universal**; pero sí ponemos a disposición de las empresas instrumentos para la formación (como dípticos, manuales, el campus virtual...) e impartimos jornadas sobre riesgos específicos.

Para llevar a cabo esta labor, **disponemos de una red nacional de técnicos de prevención** que actúa desarrollando los planes anuales, apoyando a los empresarios asociados (y a sus trabajadores dependientes), dando asistencia técnica en todos aquellos aspectos necesarios para la consecución de una gestión de la prevención eficaz y efectiva, y poniendo a su disposición un servicio de revisión y verificación en el que se valora el cumplimiento e integración de la prevención en la empresa. Además, asesora a los trabajadores autónomos adheridos en asuntos de prevención.



En Mutua Universal puedes encontrar asesoramiento personal y directo para fomentar la integración de la prevención y la mejora de su gestión, a través de:

- › Visitas de asesoramiento y atención de consultas sobre prevención:
 - Integración de la prevención
 - Mejora de la gestión
 - Asistencia técnica
 - Elaboración e implantación de planes y programas de prevención
- › Seguimiento de la evolución de la siniestralidad.
- › Planes y programas específicos para reducir la siniestralidad.
- › Análisis e investigación de las causas y factores determinantes de los accidentes de trabajo y enfermedades profesionales graves, muy graves y mortales.
- › Actividades de promoción de la salud que impliquen una mejora de los hábitos y actitudes para el trabajo.
- › Actividades para la promoción de comportamientos seguros y la correcta utilización de equipos de trabajo y de protección colectiva e individual.
- › Jornadas de orientación técnica para la ampliación de conocimientos técnicos relacionados con la prevención de riesgos laborales, la gestión de la prevención y la actualización de conocimientos en materia preventiva.
- › Campañas de sensibilización y educación preventiva.
- › Divulgación de la prevención para directivos y responsables de la actividad preventiva.
- › Campus virtual de prevención.
- › Divulgación, educación y sensibilización en la prevención de accidentes y enfermedades profesionales.
- › Suministro de documentación preventiva actualizada.
- › Guías / Carteles / Protocolos de Actuación.

2. Actividades de asesoramiento en prevención

Apoyo técnico a los responsables de prevención de empresas de menos de 50 trabajadores y a trabajadores autónomos para que desarrollen las actividades preventivas.

El asesoramiento es una actividad que se lleva a cabo a demanda de la empresa, es decir, cada vez que esta lo solicita. La empresa se dirige al técnico de prevención de la zona para solicitar el asesoramiento que precisa. Puede establecer contacto telefónico o por e-mail. Cuando el asunto lo requiere, el técnico de prevención visita la empresa.

Algunos ejemplos de asesoramiento son:

- › Normativa aplicable a un tema determinado.
- › Metodología para evaluar riesgos.
- › Equipos de protección individual.

El asesoramiento se lleva a cabo mediante:

- › Atención telefónica.
- › Envío de información.
- › Distribución de publicaciones.
- › Visitas a la empresa y atención presencial del técnico de prevención.
- › Asesoramiento para la aplicación de Prevención25 (desde 2011): atención presencial y orientación para el uso de las aplicaciones Prevención10 y Prevención25 (conjunto de instrumentos web elaborados por el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo con el objetivo de facilitar a empresas de hasta 25 trabajadores la evaluación de sus riesgos y la aplicación de medidas de prevención). También se aporta una plataforma de formación y una herramienta específica para los trabajadores autónomos: Autopreven-t.

<https://www.mutuauniversal.net/es/servicios/gestion-de-la-prevencion/prevencion-asesoramiento-consultoria-y-sensibilizacion>

3. Jornadas de orientación técnica

Las **jornadas de orientación técnica son impartidas por nuestros técnicos de prevención**. Se trata de sesiones orientadas preferentemente a **ayudar a las empresas**, a sectores con mayores indicadores de siniestralidad, así como a los **trabajadores autónomos**, en materia de **planes preventivos, divulgación, educación y sensibilización** en prevención de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales.

Cada semestre se publica en la web de Mutua Universal el **calendario de jornadas programadas**.



Algunas de las jornadas disponibles son:

- › PRL. Conceptos básicos y legislación. ¿Por dónde empezar?
- › Prevención de riesgos laborales. Responsabilidades de empresario, mandos y trabajadores.
- › Gestión integrada de la prevención de riesgos laborales.
- › PRL: Obligaciones del empresario y de los servicios de prevención ajenos. Criterios para la selección de un SPA.
- › Interlocución eficaz con el servicio de prevención ajeno. Un paso hacia la mejora empresarial.
- › Responsabilidades de los mandos intermedios en prevención.
- › Evaluación de Riesgos y Planificación de la Actividad Preventiva. El escaparate de tu empresa.
- › Plan de Prevención de Riesgos Laborales e integración de la PRL. ¿Qué es? ¿Para qué sirve?
- › Accidentes de trabajo y EE.PP. ¿Cómo se comunican? ¿Cómo se investigan?
- › Coordinación de actividades empresariales.
- › Documentación generada en prevención. Su tratamiento y archivo.
- › Cómo preparar una inspección de trabajo en materia de prevención de riesgos laborales.
- › Costes de la siniestralidad en la empresa.
- › Prevención y extinción de incendios.
- › Seguridad en máquinas.
- › Prevención de lesiones osteomusculares.
- › ...

4. Campus virtual de prevención

Aula virtual que Mutua Universal pone a disposición de sus empresas asociadas como **apoyo y complemento a la formación** e información que estas ofrecen a sus trabajadores **sobre los riesgos y medidas preventivas** de su puesto de trabajo. La formación es gestionada e impartida por la empresa, quien matricula a los alumnos y lleva a cabo el seguimiento. El aula se encuentra en la zona privada de la web de Mutua Universal. Tanto la empresa como el alumno acceden al aula a través de contraseñas.

Todos los cursos tienen un diseño pedagógico multimedia aprovechando las nuevas tecnologías, en un entorno intuitivo en el que se aprende de forma sencilla, gradual, amena e interactiva. **Los contenidos se estructuran en un diseño interactivo organizado para adaptarse a la realidad, a las necesidades de nuestros clientes y ajustado al nivel de sus trabajadores.**



The image shows a screenshot of the Mutua Universal website. The header includes the logo and navigation links: CAMPUS, MÉTODO, OFERTA, CONTACTO. A red button labeled 'ACCEDE AL CAMPUS' is visible. The main content area features a background image of a desk with a lamp and a plant, with the text: 'Más de 30 años de experiencia en formación en riesgos laborales' and 'AL SERVICIO DE LA PREVENCIÓN'. A blue button labeled 'CONOZCA NUESTRO CAMPUS' is also present. In the foreground, an 'ACCESO AL CAMPUS' modal form is displayed, containing fields for 'usuario' and 'contraseña', and an 'ENTRAR' button.

Mutua Universal

CAMPUS MÉTODO OFERTA CONTACTO

ACCEDE AL CAMPUS

Más de 30 años de experiencia en formación en riesgos laborales

AL SERVICIO DE LA PREVENCIÓN

CONOZCA NUESTRO CAMPUS

ACCESO AL CAMPUS

usuario

contraseña

ENTRAR

Algunos de los cursos disponibles son:

- › Curso de prevención de riesgos laborales en el personal de oficina, administrativo y asimilados.
- › Curso de prevención de riesgos laborales en representantes de comercio y técnicos de venta.
- › CLP: La nueva etiqueta de los productos químicos.
- › Curso de seguridad vial. Prevención de accidentes in itinere e in misión.
- › Curso del riesgo cardiovascular.
- › Guía de ayuda para dejar de fumar.
- › Primeros auxilios.
- › PRL, sector comercio.
- › PRL, sector industria.
- › Curso de prevención de riesgos laborales en peluquerías y salones de estética.
- › Curso de prevención de riesgos laborales en el personal de cocina.
- › Curso de prevención de riesgos laborales - riesgo eléctrico.
- › ...

5. Materiales de difusión de la prevención

Mutua Universal cuenta con una **base de datos legislativa** y una amplia gama de **publicaciones de prevención** (dípticos, carteles y manuales) sobre diversos riesgos y sectores a disposición de las empresas asociadas y que estas pueden **acceder en formato electrónico** a través de nuestra web o del técnico de prevención de su zona.

5.1 Base de datos legislativa

A través de la zona privada de nuestra web se tiene **acceso a toda la legislación vigente relativa a prevención de riesgos laborales**.



DERECHO LABORAL Prevención de riesgos laborales

Contenido del código:

1. [Ley de prevención de riesgos laborales](#)
2. [Ley de subcontratación en el sector de la construcción](#)

NORMAS REGLAMENTARIAS

3. [Señalización de seguridad y salud en el trabajo](#)
4. [Disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo](#)
5. [Disposiciones mínimas de seguridad y salud en la manipulación manual de cargas](#)
6. [Disposiciones mínimas de seguridad y salud en el trabajo con pantallas de visualización](#)
7. [Riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo](#)
8. [Riesgos relacionados con la exposición a agentes cancerígenos durante el trabajo](#)
9. [Disposiciones de seguridad y salud para la utilización de equipos de protección individual](#)
10. [Disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización de los equipos de trabajo](#)
11. [Disposiciones mínimas de seguridad y salud a bordo de los buques de pesca](#)
12. [Seguridad y salud de los trabajadores en las actividades mineras](#)
13. [Disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción](#)
14. [Disposiciones mínimas de seguridad y salud en las empresas de trabajo temporal](#)
15. [Protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos](#)
16. [Protección de los trabajadores frente al riesgo eléctrico](#)
17. [Protección de los trabajadores expuestos a riesgos derivados de atmósferas explosivas](#)

18. [Protección frente a riesgos derivados de la exposición a vibraciones mecánicas](#)
19. [Protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido](#)
20. [Disposiciones de seguridad y salud a los trabajos con riesgo de exposición al amianto](#)
21. [Desarrollo de la Ley reguladora de la subcontratación en el sector de la construcción](#)
22. [Protección contra los riesgos relacionados con la exposición a radiaciones ópticas artificiales](#)

INSPECCIÓN DE TRABAJO Y SEGURIDAD SOCIAL

23. [Reglamento de organización y funcionamiento de la Inspección de Trabajo y Seguridad Social](#)
24. [Reducción de las cotizaciones a las empresas que hayan disminuido la siniestralidad laboral](#)

COMISIÓN NACIONAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

25. [Composición de la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo](#)

COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES

26. [Desarrollo del art. 24 la Ley de prevención de riesgos laborales](#)

SERVICIOS DE PREVENCIÓN

27. [Reglamento de los servicios de prevención](#)
28. [Acreditación de entidades especializadas como servicios de prevención](#)
29. [Colaboración de las Mutuas de Accidente de Trabajo y Enfermedades Profesionales](#)
30. [Organización de recursos básicos para desarrollar la actividad de los servicios de prevención](#)

5.2 Dípticos

Ponemos a disposición de nuestras empresas asociadas, como apoyo a la información que estas facilitan a sus trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas de su puesto de trabajo, una serie de **dípticos informativos** sobre una variedad de temáticas, entre ellas: posturas forzadas, sobreesfuerzo por aplicación de fuerza, exposición a ruido, manipulación manual de cargas, etc.

Calienta la musculatura

- Antes de comenzar una actividad que te va a suponer gran esfuerzo físico.
- Cuando finalices realiza ejercicios de estiramiento para ayudar a recuperarte y a deshacerte de la tensión.



Ejercicios de calentamiento general antes del trabajo

Ejercicios de estiramiento durante y después del trabajo

Y recuerda:

- Mejor empujar que tirar, mejor bajar que subir.
- Y antes de realizar esfuerzos, calienta la musculatura.

De ti también depende

Prevención Sobreesfuerzo por aplicación de fuerza

Mutua Universal

Mutua Universal

¿Sabías que?

Los sobreesfuerzos son acciones en las que la persona realiza un esfuerzo por encima de su capacidad normal de trabajo. Son la causa de casi la mitad de las lesiones laborales que se producen.

Las lesiones más comunes por sobreesfuerzo son las distensiones y los esguinces, dolor y molestias en espalda y extremidades superiores. También causan inflamaciones que provocan se producen sobreesfuerzos al realizar:

- Fuerzas en malas posturas. Por ejemplo con los brazos estirados, levantados o hacia atrás, con el cuerpo girado o con la espalda inclinada.
- Manipulación de cargas pesadas o en condiciones inadecuadas al tiempo a músculos, tendones y articulaciones para recuperar del esfuerzo.
- Fuerzas elevadas, especialmente si se realizan de forma brusca y repentina, sin el calentamiento muscular adecuado.

Por ello debes:

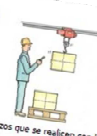
Evitar realizar fuerzas bruscos y repentinas. Siempre que sea posible, sustituye la fuerza humana por la fuerza mecánica.

Utiliza útiles, herramientas y ayudas mecánicas

- Para mover cargas utiliza la ayuda mecánica apropiada, alguna herramienta que reduzca la fuerza a aplicar o pide ayuda a un compañero. Puedes utilizar:
 - Traspaletas, carros, cintas transportadoras para facilitar el traslado.
 - Polipastos, grúas y manipuladores para levantar las cargas más pesadas.
 - Mesas elevadoras y giratorias para posicionar las cargas en posición correcta.
 - Caminos de rodillos, superficies deslizantes, rampas, esterillas para facilitar el acercamiento de objetos y reducir el esfuerzo para moverlos.

Mutua Universal

SI



NO



Para esfuerzos que se realicen con las manos:

- Utiliza herramientas adecuadas para usar los grupos musculares más fuertes. Es preferible utilizar toda la mano o un solo dedo, y utilizar el agente de fuerza (con toda la mano) al de precisión (punta con los dedos).
- Reparte la carga entre el mayor número de músculos, por ejemplo, utilizar dos brazos en lugar de uno solo.
- Preve apoyos y apoyos para sujetar las piezas y descargar las manos de tensión innecesaria.
- Aplica lubricantes y lubricantes en operaciones de montaje manual para reducir la fricción y la intensidad del esfuerzo.

Comprueba las condiciones de herramientas y máquinas

Para aplicar el esfuerzo mínimo imprescindible, realiza un mantenimiento adecuado de:

- Los sistemas de rodadura y deslizamiento, por ejemplo, ruedas de carros, rodillos de cintas, guías u otros elementos.
- Herramientas y útiles de trabajo, como empuñaduras, filos de cuchillos u otros.

Aplica la fuerza en la posición correcta

- El punto de aplicación de la fuerza debe quedar:
 - Delante a ti, cerca del cuerpo.
 - A una altura ligeramente inferior a la altura de tu codo.

SI



NO

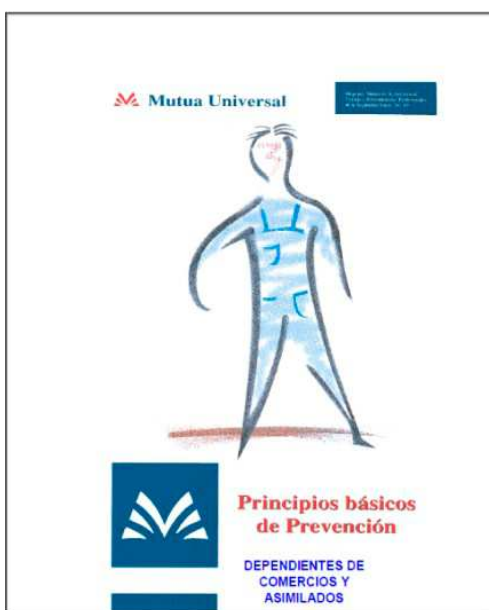
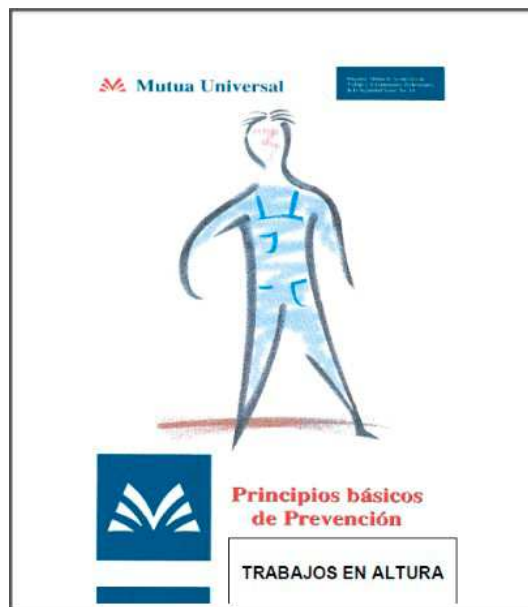
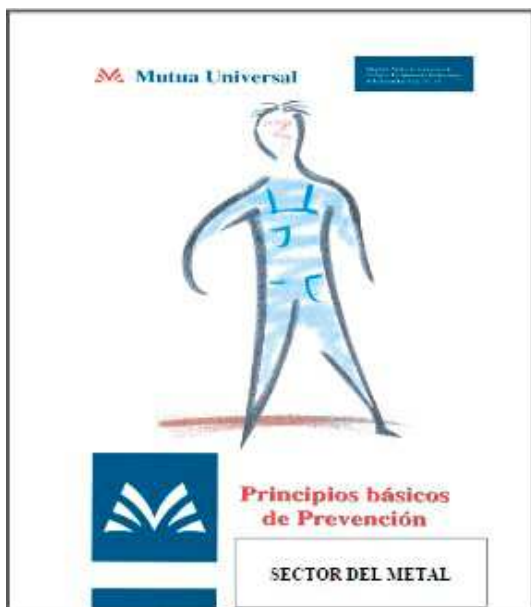


Mutua Universal

Además, el técnico de prevención de Mutua Universal de tu zona te podrá facilitar otros dípticos informativos que te sean de interés. Hay casi un centenar de títulos disponibles.

5.3 Manuales de prevención

Como apoyo a la formación que nuestras empresas asociadas ofrecen a sus trabajadores sobre los riesgos y medidas preventivas de su puesto de trabajo, en Mutua Universal, y a través del técnico de prevención de tu zona, tienes a tu disposición **más de 90 manuales sobre Principios básicos de prevención** para diversos sectores, oficios y actividades.



5.4 Carteles

De igual forma, si estás interesado en cartelería para tu empresa, podrás consultar con nuestros técnicos de prevención qué cartel es el más apropiado para el aspecto en el que deseas incidir o sensibilizar a los trabajadores de tu empresa.

Actualmente disponemos de **más de 80 títulos** de diversas temáticas:

- › In itinere - Seguridad vial.
- › TME (trastornos musculoesqueléticos).
- › Canteras.
- › EPI (equipos de protección individual).
- › Seguridad.
- › Cero accidentes.
- › Químicos.
- › Biológicos.
- › Tabaco.
- › Drogas.
- › Primeros auxilios.
- › Hábitos saludables.
- › Cardiovascular.
- › Antiestrés.
- › Psicosociales.
- › Genéricos.



6. Otras herramientas: CLPplay

El videojuego **CLPplay** es una aplicación interactiva, lúdica e informativa que permite a los usuarios de productos químicos en el entorno laboral **conocer, asimilar y recordar fácilmente el nuevo reglamento de etiquetado (CLP)**.

El sistema de etiquetado de productos químicos **se modificó en 2010 para las sustancias y en 2015 se añadieron también las mezclas químicas**, pasando a sustituir definitivamente las anteriores etiquetas. CLPplay es un complemento para facilitar la formación de los trabajadores sobre el nuevo sistema.

El objetivo es ayudar a los trabajadores a memorizar los nuevos pictogramas y frases H de las etiquetas de los productos químicos, asociándolos a su significado.

Está dirigido a trabajadores y mandos de las empresas asociadas que manipulan productos químicos.



7. Estadísticas de A.T.

A través de la zona privada de nuestra web, podrás obtener los informes de siniestralidad y listados de bajas y no bajas de los accidentes de trabajo de tu empresa. Así, te ayudamos a cumplir el apartado e) del artículo 23 (sobre documentación) de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, que obliga al empresario a **conservar la relación de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales** que hayan causado a sus trabajadores una incapacidad superior a un día de trabajo.



¿Sobre qué tipo de contingencia quieres el informe?

Contingencia laboral

En el informe de **Contingencia laboral** incluiremos:

Accidentes en el centro de trabajo habitual

Accidentes en otro centro de trabajo

Enfermedad profesional

Accidentes en desplazamiento en su jornada laboral

Accidentes In itinere

Mutua Universal

Contingencia Laboral
PERIODO: 01/01/2015 - 31/12/2015
FECHA DEL INFORME: 12/01/2016

El presente informe refleja el perfil de la siniestralidad en el periodo evaluado, así como la evolución de los diferentes indicadores. Los datos se basan en los Partes de Accidente y Enfermedades Profesionales (1) recibidos en Mutua Universal: Partes Del(1), Co.NA, IGATT y CEPROSS en el periodo solicitado y según fecha de baja médica.
(1) Incluye Enfermedades Profesionales en estado

DATOS PETICIÓN

GRUPO: _____
EMPRESA: _____
COD: _____
CNAE: 1032 Nº de trabajadores: 460 Media temporal de estudio según Mutua o no ha sido indicado por la empresa.

En este informe se incluyen las tipologías:
En el centro de trabajo habitual, En otro centro de trabajo, Enfermedad Profesional, En desplazamiento en su jornada laboral, In itinere.

DATOS SINIESTRALIDAD

En este apartado se relacionan los datos de siniestralidad del periodo evaluado clasificados por diferentes conceptos.
Nº de casos por tipología

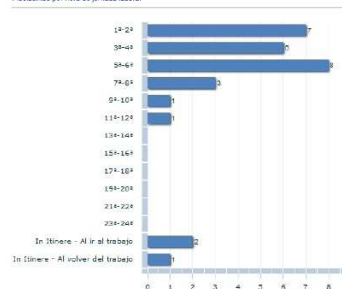
Categoría	Casos				Causados				
	Partes	Accidentes	Enf. Prof.	In itinere	Lesión	Graves	Muy graves	Particulares	Ótros
Total	26	2	246	1	26	0	0	0	0
Enfermedad Profesional	2	0	0	0	0	0	0	0	0
Accidentes In itinere	2	0	0	0	0	0	0	0	0
Accidentes en jornada laboral (1)-(2)-(3)	26	2	246	1	26	0	0	0	0
En Centro de Trabajo (1)	26	2	246	1	26	0	0	0	0
En Otro Centro de Trabajo (2)	0	0	0	0	0	0	0	0	0
En Desplazamiento (3)	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Enfermedad profesional en bajas

*** en jornada de trabajo**

Enfermedad profesional
 In itinere
 En jornada de trabajo
 En el centro de trabajo habitual
 En otro centro de trabajo
 En desplazamiento

Accidentes por hora de jornada laboral



Análisis estadístico de los Accidentes en Jornada de Trabajo con Baja iniciados en el periodo
Accidentes en jornada de trabajo - Comprende: accidentes en centro de trabajo, en otro centro y en circulación.
No se incluyen los accidentes In itinere, las lesiones ni las enfermedades profesionales.

Accidentes en jornada de trabajo según la descripción de la lesión



8. Programas de reducción de la siniestralidad

Nuestros **programas** están orientados a reducir el número de accidentes y enfermedades profesionales en un plazo de tiempo determinado.

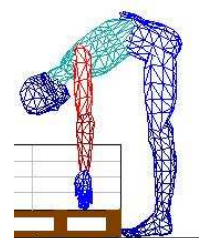
La implantación de los programas se realiza mediante una metodología plenamente contrastada que permite su adaptación a empresas de diversas dimensiones y distintas necesidades en materia de prevención de riesgos laborales, interfiriendo mínimamente en el día a día y trabajando conjuntamente con la empresa:

- › Analizando su siniestralidad y visitándola.
- › Estableciendo un plan de acción y controles de la eficacia de las medidas aportadas.

Los beneficios que se obtienen con la consecución de estos programas son múltiples, entre otros: reducción de la siniestralidad y de los costes asociados, incremento de los recursos para la producción y, por lo tanto, de la competitividad, así como mejora de las condiciones de trabajo y del clima laboral.

Estos programas pueden ser **no estandarizados**, cuando la problemática de la siniestralidad de la empresa no responde a un patrón determinado, o **estandarizados**, como los de:

- › **Trastornos musculoesqueléticos:** su objetivo es reducir los casos de TME, mejorando los trastornos musculoesqueléticos, la productividad y la calidad de vida.
- › **Seguridad vial:** programa pensado para empresas que quieran reducir específicamente los accidentes in itinere – in misión, bien de forma general o en determinados colectivos, como por ejemplo, comerciales.



9. Actividades de sensibilización

Las **actividades de sensibilización** tienen como objetivo la implantación de pautas de trabajo seguras para mejorar la actitud y concienciación de los empleados tanto en el centro de trabajo como en los desplazamientos. Las metodologías utilizadas convierten las actividades en **eventos atractivos, estimulantes y pedagógicos**, en los que los trabajadores tienen una **participación activa** que refuerza su compromiso y mejora sus actitudes frente a los riesgos.

Actualmente disponemos de las siguientes actividades:

- › **Campaña de prevención de trastornos musculoesqueléticos (TME)**, cuyo objetivo es conservar la salud del aparato musculoesquelético de los trabajadores mediante actividades de refuerzo del mismo o de preparación para la actividad laboral.
- › **Taller sobre gestión del estrés**, cuyo objetivo es sensibilizar a los trabajadores sobre la importancia del estrés, mecanismos de actuación, causas y medidas para prevenir o reducir su incidencia, ofreciendo diferentes técnicas de afrontamiento del estrés que permitan promocionar y crear un estilo de vida saludable entre los trabajadores.
- › **Campaña de prevención cardiovascular**, cuyo objetivo general es prevenir los factores de riesgo cardiovascular, tanto a nivel individual como colectivo.
- › **Charlas de sensibilización**, que consisten en reuniones presenciales dirigidas por un ponente de Mutua Universal en las cuales se informa a los trabajadores sobre determinados temas, buscando cambiar su actitud ante el tema en cuestión y que adopten un enfoque preventivo. Las charlas suelen ir acompañadas de la entrega de material gráfico. Los temas actualmente disponibles son: consumos tóxicos (tabaco), hábitos saludables y prevención del consumo de alcohol y drogas en la empresa.





Mutua Universal

Plan General de Actividades Preventivas
de la Seguridad Social



MINISTERIO
DE EMPLEO
Y SEGURIDAD SOCIAL

SECRETARÍA DE ESTADO
DE LA SEGURIDAD SOCIAL

DIRECCIÓN GENERAL
DE ORDENACIÓN DE
LA SEGURIDAD SOCIAL