

Cita con expertos en prevención de la salud laboral

El congreso de La Fundación San Prudencio abordará la conexión entre los trastornos físicos y emocionales de la población trabajadora



La Fundación San Prudencio presentará los dos servicios que ofrece: Nordic Klinika, para los problemas musculoesqueléticos, y PsicoLan, para los emocionales.

En el trabajo necesitamos estar bien desde el punto de vista físico y mental. Un problema de origen musculoesquelético puede acabar ocasionando un daño psicoemocional, y a la inversa. La conexión entre estas dos áreas de la salud de la población trabajadora centrará el congreso que La Fundación San Prudencio celebrará el 9 de noviembre en el Palacio Europa de Vitoria con ponentes de gran nivel.

Eduardo Anitua, director científico de BTI Biotechnology Institute, hablará de la importancia de tener una buena salud en el ámbito laboral. «Con el envejecimiento de la población y el retraso de la edad real de jubilación, o tenemos a trabajadores sanos en las empresas o vamos a tener un problema social y laboral de una dimensión importante», advierte Jagoba Gómez, director del Servicio de Prevención Mancomunado San Prudencio. A su juicio, es necesario apostar por los «autocuidados no solo en el ámbito laboral, sino en el personal, para estar más tiempo siendo autónomos».

También intervendrá Antonio Moreno Ucelay, «un pope de los temas de prevención». Es profesor colaborador de la OIT en Prevención de Riesgos Laborales y ha sido vocal de la Comisión Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo y director del Servicio de Prevención de Iberdrola durante muchos años. Participó en la redacción de la Ley de Prevención del 95 y en su ponencia destacará la necesidad de actualizar esta norma y reformar aquellos aspectos que son mejorables o que no han resultado todo lo

efectivos que se esperaba.

La presentación de Susanna Rubiol, del Centro de Ergonomía Aplicada GENEa y profesora de Blanquerna-Universitat Ramon Llull, servirá para constatar que los problemas de tipo ergonómico pueden generar un impacto desde el punto de vista psicoemocional, y viceversa, y defenderá la conveniencia de abordar los problemas de salud laboral de manera integral y desde la prevención para evitar que si una persona tiene un problema físico le pueda llegar a afectar al estado emocional.

Desde la OSI Araba, Enrique Manuel Báñez, jefe de la unidad de dolor, y la psicóloga clínica Rocío Barreira relatarán los problemas de personas que van cada día a trabajar con dolor y explicarán qué impacto tiene en su desempeño laboral y qué se puede hacer para mejorar su situación.

La clausura llegará de la mano de Manuel Velázquez, presidente del congreso e inspector de trabajo, que presentará las conclusiones de la mesa de expertos que se reunirá la

víspera a puerta cerrada, en la que cerca de cuarenta especialistas plantearán propuestas para mejorar la labor que está desarrollando La Fundación San Prudencio, cuyo programa 'Tu Salud-Zure Osasuna' ofrece a las empresas dos servicios, Nordic Klinika y PsicoLan, para abordar los problemas musculoesqueléticos y psicoemocionales de sus plantillas.

La situación en Álava

El congreso también servirá para dar a conocer los resultados de una encuesta realizada en verano a unas 1.900 personas trabajadoras de Álava, en la que se les preguntaba sobre aspectos vinculados a los trastornos musculoesqueléticos y psicoemocionales. «Los datos obtenidos confirman las sospechas que teníamos y creo que van a ser bastante elocuentes. Por ejemplo, el 84% refieren tener o haber tenido simultáneamente problemas musculoesqueléticos y psicoemocionales. Y el 70% en algún momento de su vida laboral ha tenido un problema psicoemocional, de tipo estrés, ansiedad o depresión, y a la mitad

Las enseñanzas del ciclismo

El XXIII Congreso Fundación San Prudencio de Seguridad y Salud Laboral contará con un invitado especial: Perico Delgado. Su presencia está más que justificada. «En el deporte en general y en el ciclismo en particular, estar en plena forma es tan importante como tener una buena salud psicoemocional. Un ciclista que, según los preparadores, se encuentra en condiciones físicas excelentes, puede hacer una etapa maravillosa y al día siguiente, de repente, se viene abajo. No presenta ninguna lesión, el problema puede estar en la esfera mental y eso impacta en las carreras», señala Jagoba Gómez, director del Servicio de Prevención Mancomunado San Prudencio. En su ponencia, Perico hablará tanto de sus vivencias como profesional de la bicicleta, con 49 victorias, como de su larga trayectoria de comentarista, lo que permitirá ver la evolución que ha experimentado el mundo del ciclismo. En los tiempos en que corría el Tour y la Vuelta, los equipos contaban solamente con masajistas. Y ahora, sin embargo, se han profesionalizado y se han dado cuenta de que la figura de un psicólogo es muy importante porque si la salud mental no está presente, no se van a obtener los resultados deseados. «Creemos que los valores del ciclismo, de esfuerzo, dedicación y equilibrio entre la parte física y emocional, reflejan perfectamente lo que pretendemos abordar en este congreso. Y además, aquí hay una afición al ciclismo importante», explica Gómez.



PROGRAMA DEL CONGRESO

- > **8.30. Inauguración del Congreso.**
- > **8.50. Bienvenida**, con Carlos Arranz, director del Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo (INSST), y Lourdes Iscar, directora general de Osalan.
- > **9.30. 'Rendimiento y salud'**, con Perico Delgado, ciclista profesional y comentarista de ciclismo en RTVE.
- > **10.15. 'La salud, el crédito que nos da la vida'**, con Eduardo Anitua, director científico de BTI Biotechnology Institute.
- > **11.30. 'Programa Tu Salud-Zure Osasuna'**, con Jagoba Gómez, responsable del Servicio de Prevención Mancomunado San Prudencio.
- > **12.00. 'La ley de prevención de riesgos laborales. Reflexiones para su actualización'**, con Antonio Moreno Ucelay, profesor colaborador de la OIT en Prevención de Riesgos Laborales.
- > **12.45. 'TME y estrés; estrategias de salud organizacional'**, con Susanna Rubiol, del Centro de Ergonomía Aplicada GENEa y profesora de Blanquerna- Universitat Ramon Llull.
- > **13.15. 'Trabajar con dolor: no es la actitud, es el contexto'**, con Enrique Manuel Báñez, jefe de la unidad del dolor de la OSI Araba, y Rocío Barreira, psicóloga clínica de la OSI Araba.
- > **13.45. Conclusiones de la mesa de expertos**, con Manuel Velázquez, presidente del Comité de Honor e inspector de trabajo.

Inscripciones en la web www.lafundacion.com

le ha originado ausentarse del trabajo», adelanta Gómez.

Estas cifras reflejan la necesidad de trabajar en estos dos campos «de manera conjunta porque concen-tran el absentismo en las empresas y eso conlleva problemas de competitividad. Además, en Euskadi contamos con el mayor absentismo a nivel nacional de los últimos años, y este es un elemento que debemos observar y las empresas tienen que preocuparse por la mejora y la prevención de la salud laboral de sus trabajadores». Por ello, desde La Fundación San Prudencio animan a acudir al congreso a los gerentes de las compañías. «Nuestro objetivo es sensibilizarles, presentarles soluciones, herramientas, y que sean conscientes del reto que tenemos. Hay que ponerlo en la agenda y empezar a trabajarlo ya porque, si no, va a ser demasiado tarde».