



SALUD LABORAL Y TELETRABAJO



RECOMENDACIONES Y MEDIDAS PREVENTIVAS.

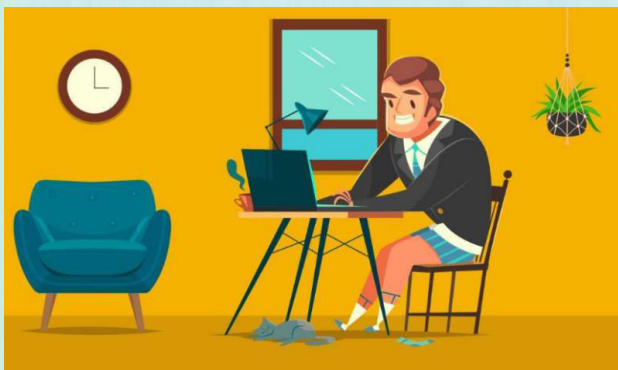
Actualmente el 80% de la plantilla en activo de Santander España se encuentra en situación de teletrabajo. Ha cambiado el espacio, pero no han desaparecido los riesgos.

La nueva Ley 8/2020 en relación al teletrabajo, deja en manos de los trabajadores y las trabajadoras la responsabilidad de autoevaluar los riesgos de su puesto, en aquellos sectores, empresas o puestos de trabajo en las que no estuviera previsto hasta el momento este cambio, teniendo **carácter excepcional y temporal mientras dure el estado de alarma.**

Desde CGT nos preocupamos por tu salud y queremos ayudarte a esta autoevaluación, por lo que iremos publicando una serie de píldoras informativas que te servirán de guía para detectar y corregir los riesgos que se presentan en tu nuevo día a día.

PRINCIPALES RIESGOS

FATIGA FÍSICA



TRASTORNOS MÚSCULO-ESQUELÉTICOS
derivados de:

Lugar de trabajo, posturas

Puesto de trabajo: mobiliario

herramientas de trabajo: ordenador
portátil, teléfono...

FATIGA VISUAL



Uso de pantallas de visualización de
datos

Iluminación natural

Iluminación artificial

FATIGA MENTAL



Ruidos

Periodos de descanso

Organización de tareas

Sedentarismo/Actividad física

Alimentación