



EL PICADOR



TECNOLÓGICA PREVENCIÓN

4º Comité de Seguridad y Salud



CONTENIDOS

2 NOTICIAS COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD. Te acercamos a las principales noticias relacionadas con la seguridad y la salud en el trabajo en Tecnológica.

4 3 DE DICIEMBRE. Día mundial de las personas con discapacidad.

6 CARTAS DE OPINIÓN. Los peligros de los psicofármacos.



FELIZ Navidad





Noticias Comité de Seguridad y Salud

EL PASADO MES DE OCTUBRE, L@S DELEGAD@S DE PREVENCIÓN DE MADRID (DP) TUVIMOS EL 4º COMITÉ DE SEGURIDAD Y SALUD EN LA EMPRESA DEL FY, QUE SE CELEBRA TRIMESTRALMENTE. PASAMOS A MENCIONAR LAS NOTICIAS QUE CREEMOS MÁS IMPORTANTES



***Entrega Material Ergonómico:** la empresa va a actualizar el portal para que l@s emplead@s veamos qué material se puede solicitar. Además, de nuevo se podrá facilitar material específico con prescripción médica o por motivos de proyecto (pantallas más grandes de 14", por ejemplo). Es curioso porque esta opción la cancelaron durante la pandemia, pero después de pasar por negociación con la RLT, se ha vuelto a habilitar. Hemos solicitado a la empresa que nos informen del material entregado y denegado. De este modo, podremos intentar echar una mano en caso de que os nieguen una solicitud. La empresa nos comenta que lo van a valorar.



***Actualización de brigadas de emergencia** así como documentación sobre Vigilancia de la Salud, Memoria, etc. Como detalle, destacar que no ha habido **accidentes** en este trimestre.

***Tenemos un nuevo médico** en La Finca para Tecnológica, desde aquí, le damos la bienvenida.

***Ocupación** en las oficinas de Madrid: seguimos teniendo el mayor % los días pico (Martes, Miércoles y Jueves) con un 50% aproximadamente y en los días valle (Lunes y Viernes) un 20/30%.

***Mediciones.** como sabréis los Delegad@s de Prevención acompañamos al Servicio de Prevención a realizar las mediciones termohigrométricas (luz, CO2, temperatura, etc). Hemos encontrado algún problema en pocos puestos de trabajo relacionados con luz, CO2 y temperatura. El departamento de WorkPlace tratará de poner solución a estos pequeños problemas detectados.



***Acoso:** según la empresa, no ha habido casos de acoso en este trimestre ni siquiera investigaciones. Si alguien considera que no se ha escuchado su voz en este sentido en su caso personal o el de algún compañero@, por favor, no dudéis en contactarnos. También podéis recurrir al médico de la empresa. En cualquiera de los dos casos es totalmente confidencial.

***Seguimos poniendo encima de la mesa,** el que la empresa no cumple en muchos proyectos con el **descanso de las 12 horas**, cosa que los inspectores nos siguen dando la razón. Los Delegad@s de Prevención siempre comentamos que se debe tratar en este foro ya que es un tema de salud importante, sin embargo, la empresa no quiere tratarlo en este círculo pues no lo consideran como tal.

***Se habló de ejemplos de algunos de los permisos que siempre nos crean dudas.** Por ejemplo:

-Permiso para ir al médico acompañando a un familiar, en líneas generales, la empresa no lo considera como fuerza mayor -ya que no es algo imprevisto-, por lo tanto, no entraría dentro de este nuevo permiso y no sería retribuido. A pesar de ello, la empresa nos comentó que se valoraría caso a caso.

-En el caso de que te llamen del colegio porque se ha puesto el hij@ mal@, por ejemplo, es posible que nos pidan justificarlo y en este caso, sí sería un permiso retribuido de fuerza mayor.

-Accidente in itinere al llevar a tus hijos al colegio: si éste se produce de camino al ir o volver del trabajo, sí se considera como tal. Incluso, ya hay sentencias y además la empresa lo reconoció en esta reunión que, aunque tuvieras que hacer un desvío si se es tu trayecto habitual, también se considera como accidente in itinere.

***Encuesta de Riesgos Psicosociales:** de momento, no podemos pasar a la siguiente fase porque no cumplimos con el % necesario. **NUEVO LLAMAMIENTO a la realización de la ENCUESTA DE RIESGOS PSICOSOCIALES:**

Es importante que la realicéis, ya que se trata de la salud mental, de la que hay mucho riesgo en este tipo de empresas y la única herramienta oficial que tiene la empresa para medirlo y poner remedio, es a través de este canal.

Además, en la siguiente fase de la encuesta de Riesgos Psicosociales, tenemos la opción de tener entrevistas personales con psicólogos y auditores.

Os recordamos que, en caso de querer hablar con alguien sobre tu salud mental, también podéis recurrir al Servicio Médico de la empresa.



EL 3 DE DICIEMBRE ES EL DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD, UNA FECHA PARA PARA PROMOVER LOS DERECHOS Y BIENESTAR DE ESTAS PERSONAS EN TODOS LOS ÁMBITOS DE LA SOCIEDAD Y EL DESARROLLO, ASÍ COMO CONCIENCIAR SOBRE SU SITUACIÓN EN TODOS LOS ASPECTOS DE LA VIDA POLÍTICA, SOCIAL, ECONÓMICA Y CULTURAL.



En Accenture hay iniciativas y programas específicos:

***Programa Flex Ability:** dota de hasta 1000€ por año natural por destinatario, (tanto para trabajadores, y/o hijos con discapacidad $\geq 33\%$; también para cónyuge/pareja de hecho en situación de dependencia), en una o varias peticiones, para ayudas técnicas y obtención o renovación de material que garanticen apoyo e integración de las personas con discapacidad en la familia y la sociedad.

***Prevención de riesgos laborales:** se realiza un seguimiento, junto con el Servicio Médico, proporcionando la infraestructura y soporte tecnológico para el desarrollo de su trabajo.

***Programas de formación específica** gracias a un acuerdo con la **Fundación Once**.

***Programa PwD Champion** de apoyo a este colectivo.

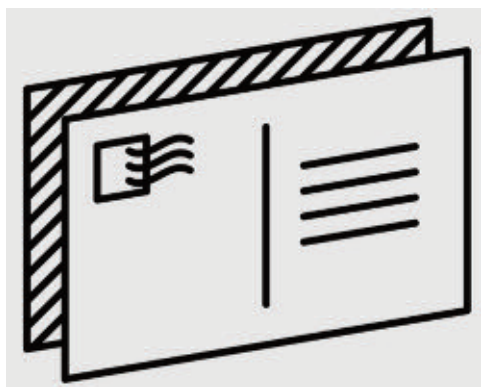
***Cursos de concienciación** al resto de profesionales.

Además, desde el 18 de diciembre de 2023 al 13 de junio de 2024 se abre el **Programa Iguales** (gestionado por la Fundación Eurofirms): programa para asesorar tanto a empleados como sus familiares de primer grado sobre trámites relacionados con el certificado de discapacidad, información de prestaciones que ofrece disponer del certificado, beneficios del Programa Flexability de Accenture, etc.

Día **3** de **DICIEMBRE**



La **DIS-CAPACIDAD** ES LA **CAPACIDAD**
DE **SER EXTRAORDINARIAMENTE CAPAZ**



CARTAS DE OPINIÓN

EN ESTA SECCIÓN OS DEJAMOS ESPACIO PARA QUE NOS ENVIÉIS VUESTRAS OPINIONES. PODÉIS ENVIARNOS LOS COMENTARIOS, CARTAS, PROPUESTAS, PUNTOS DE VISTA, ETC., QUE QUERÁIS QUE PUBLIQUEMOS. TODO AQUELLO QUE NOS LLEGUE DEBERÁ IR FIRMADO DE FORMA QUE SE PUEDA IDENTIFICAR AL AUTOR/A/ES/AS, AUNQUE SI ASÍ LO QUERÉIS, SE OMITIRÁ ESTA INFORMACIÓN A LA HORA DE PUBLICAR. LO QUE COMPARTÁIS CON NOSOTROS LO REVISAREMOS Y NO PUBLICAREMOS AQUELLO QUE ENTENDAMOS INCLUYE

CONTENIDO DISCRIMINATORIO, RACISTA, QUE DAÑE LA PRIVACIDAD, VIOLE CUALQUIER TIPO DE DERECHO (COMO EL DE PROPIEDAD INTELECTUAL), ETC. HABLAREMOS CON VOSOTROS SI ESTO SUCEDE Y TAMBIÉN SI CONSIDERAMOS QUE HABRÍA QUE HACER ALGÚN CAMBIO, COMO RESUMIR SI ES DEMASIADO EXTENSO. TAMBIÉN INCIDIMOS EN QUE, POR SUPUESTO, NO TENDREMOS POR QUÉ COMPARTIR LAS OPINIONES EXPUESTAS EN ESTA SECCIÓN. DE CUALQUIER FORMA, LAS OPINIONES PUBLICADAS AQUÍ NO SERÁN RESPONSABILIDAD DE NUESTRA SECCIÓN SINDICAL, POR LO QUE EN NINGÚN CASO NOS HAREMOS RESPONSABLES DE LAS CONSECUENCIAS QUE SE DERIVEN DE LAS MISMAS.



La precariedad, la incertidumbre y la presión laboral se han convertido en situaciones muy recurrentes en nuestra sociedad. Estas condiciones acaban generando malestar mantenido en el tiempo y como consecuencia sufrimiento. Y este **sufrimiento** a menudo es traducido en términos médicos como **ansiedad y/o depresión y otros síntomas físicos**.

Según los datos, el consumo de **antidepresivos** ha crecido un 250 % en las últimas dos décadas, lo que equivale a una de las tasas más altas de Europa según la **OCDE** (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico).



El último informe de la Junta Internacional de Fiscalización de Estupefacientes revela que España encabeza el consumo mundial de **ansiolíticos, hipnóticos y sedantes**. Entre los grupos de fármacos más recetados por los médicos figuran las **benzodiacepinas** como Alprazolam, Clonazepam, Lorazepam, Diazepam... y los **antidepresivos**: Sertralina, Citalopram, Paroxetina, Fluoxetina...

Tal y como reconocen algunos **médicos de atención primaria y profesionales de salud mental** estos grupos de fármacos se emplean incluso en casos de **ansiedad y/o depresión** leve y moderada, sabiendo que no están indicados para ello. La principal razón es que es una herramienta **rápida y barata**, para mitigar únicamente los **síntomas** ante la falta de recursos.

Puede resultar atractivo recurrir a estas sustancias prescritas por un médico con la esperanza de poder resolver sus problemas.

Lo que la mayoría de la población desconoce es **la otra cara de la moneda de los psicofármacos, que no advierten los profesionales médicos**.

Las benzodiacepinas son conocidas por causar una serie de efectos secundarios como :somnolencia, cansancio, mareos, irritabilidad, dificultad para concentrarse,cansancio,ataxia...

Por otro lado los **antidepresivos como los ISRS** (Inhibidores selectivos de la recaptación de Serotonina) cuyo mecanismo de acción aún genera mucha controversia entre los propios profesionales médicos, presentan un cuadro de efectos secundarios aún **más peligroso** como: problemas sexuales (disfunción sexual, baja libido, dificultad para mantener una erección), dificultad para conciliar el sueño, pérdida de apetito, apatía,...y lo más grave es que muchos de estos efectos adversos pueden persistir incluso después de retirar el fármaco.

La ley de autonomía del paciente expresa la libertad y el respeto de decisión de este sobre las cuestiones relativas a su salud y al igual que el derecho de acceso a la información como derecho fundamental.

Siguiendo las recomendaciones de psicólogos experimentados, las situaciones complicadas derivadas de la **vida laboral y personal** se pueden abordar a través de métodos y herramientas terapéuticas (psicoterapia, cambiar la rutina, socializar,hacer deporte....) sin necesidad de recurrir a la ingesta de psicofármacos. Por eso es recomendable buscar ayuda **real** dentro y fuera de la empresa si las adversidades lo requieren.

Proteger la salud física y mental siempre será la mejor decisión.

Firmado: Asociación de Afectados por Fármacos

WWW.ADAFSPAIN.ORG





*Los Delegados de Prevención
de Tecnológica os desean*

Felices Fiestas





AFILIARSE A CGT TIENE VENTAJAS

<https://elpicador.org/afiliate/>

- TE PUEDEN AYUDAR EN CASO DE CONFLICTO LABORAL.
- PODRÁS PARTICIPAR EN ASAMBLEAS.
- PODRÁS ACCEDER A INFORMACIÓN SINDICAL Y LABORAL.
- DISPONDRÁS DE ASESORAMIENTO JURÍDICO GRATUITO A PARTIR DE LOS 6 MESES DE AFILIACIÓN.
- DISPONDRÁS DE CURSOS DE FORMACIÓN.
- CUOTA TRIMESTRAL DESGRAVABLE.



afiliate



Por la LOPD no se permite al sindicato darnos tus datos. Contacta con nosotros cuando te afilies.



Telegram



<https://t.me/TecCGT>



cgtecnica@gmail.com

Sala DA07
Edif.10 Planta 0
La Finca. Pozuelo
Madrid

#CGTConcilia



@cgtecnica
CGT
TECNOLÓGICA
Instagram



CGT
TECNOLÓGICA
Prevención



[www.EL PICADOR.ORG](http://www.ELPICADOR.ORG)

CGT CONECTA CONTIGO