

# RIESGOS PSICOSOCIALES EN LAS EMPRESAS DEL SECTOR DE MEDIOS DE COMUNICACIÓN AUDIOVISUAL Y ESCRITA

## DOCUMENTO DE CONCLUSIONES



*Diciembre 2017*

## ÍNDICE

Antecedentes.....	2
Características del sector .....	3
Los medios y la Prevención: dos maneras de entenderse .....	8
La percepción de los riesgos Laborales del sector.....	10
Los riesgos psicosociales en los medios de comunicación .....	13
Horarios de Trabajo.....	19
Carga/Ritmo de Trabajo .....	20
Entorno laboral y equipo de trabajo.....	20
Interfaz casa-Trabajo .....	22
Conclusiones .....	23
Propuesta de acciones de intervención .....	24
Agradecimientos .....	26

## ANTECEDENTES

El pasado mes de agosto, se publicó la Orden EIE/1087/2017, de 17 de julio, por la que se convocan subvenciones destinadas a la financiación de las actuaciones para la promoción de la prevención de riesgos laborales frente a los riesgos psicosociales en el trabajo.

En esta orden se incluía como una de las acciones subvencionables el análisis sobre los riesgos psicosociales en las empresas del sector medios de comunicación audiovisuales y prensa escrita.

De cara a afrontar esta acción, se planteó un proyecto con una serie de fases, con el objeto de obtener una “foto fija” del sector para después poder plantear las propuestas de actuación más adecuadas para las características y problemáticas detectadas.

Las fases de la acción fueron las siguientes:

1. Inventario de medios audiovisuales y de prensa escrita en Aragón.
2. Mapa de los recursos humanos del sector
3. Identificación de los factores de riesgo.
4. Planificación y realización de entrevistas.

Para finalmente afrontar las dos últimas fases, el análisis de los resultados y elaboración de un informe de conclusiones, documento que nos ocupa, y propuesta de acciones de intervención basadas en las conclusiones elaboradas.

## CARACTERÍSTICAS DEL SECTOR

El trabajo en el sector audiovisual tiene una característica muy determinada: su fragmentación en múltiples subsectores (cine, vídeo, televisión, radio, etc.) cada uno de los cuales tiene peso y relevancia muy específica. Junto a esta fragmentación existe una gran amplitud de categorías profesiones diferentes que conviven en el sector y que dan lugar a unos factores de riesgo susceptibles de producir lesiones para la salud, bien en forma de accidentes bien en forma de patologías.

Así, por ejemplo, hay categorías profesionales que trabajan más del 80% de la jornada operando con imágenes o sonidos (o con ambos) que hay que mezclar en un proceso que exige precisión. Además, es habitual que quienes están en un estudio soporten no sólo el nivel acústico de su sala sino el de las zonas cercanas, de ahí que en estas categorías existan riesgos de pérdida visual y auditiva.

El sector audiovisual en Aragón se caracteriza por la elevada polivalencia, ya que la mayoría de los medios tienen más de una actividad (prensa escrita+on line, radio y televisión, etc.) y se trabaja en gran medida con agencias que son las proveedoras de las noticias y con la figura del “freelance” muy instaurada.

Es un sector que está actualmente en proceso de cambio, especialmente en lo relativo a la prensa escrita, ya que las nuevas tecnologías, los móviles y las redes sociales han supuesto un descenso importante de la venta de prensa escrita tal y como la veníamos conociendo.

Además, tradicionalmente es un sector con una elevada precariedad laboral, aunque no es percibida o mencionada por muchos trabajadores básicamente porque se acepta que “*el sector es así*” y por tanto se asume que esta precariedad va ligada a la profesión y por tanto no es destacable. A esta precariedad hay que añadirle que es un sector con una cierta endogamia, es decir, se encuentran un porcentaje elevado de parejas en las que ambos trabajan en el mismo sector, lo que unido a la precariedad puede ser un importante factor estresante.

Se ha constatado también un cierto abandono de la profesión tal como se venía entendiendo, siendo ahora más demandados los puestos de comunicación de empresas y organizaciones que los de periodista “*de a pie*”, en parte por el proceso transformador de este sector y en parte por la precariedad, que las nuevas generaciones no asumen como algo necesariamente unido a la profesión.

Pese a todo ello, se trata de un sector muy motivacional, lo que en ocasiones es perjudicial para los aspectos preventivos, ya que se anteponen aspectos ligados a la misma antes que los aspectos preventivos y de salud laboral.

A esto se unen algunos mitos sobre la profesión, que suelen ligarla a alcohol, drogas, a ser “guay” o “cool”.

Se trata de un sector en el que no existe prácticamente corporativismo, lo que supone una constante tensión, máxime cuando hoy en día, a través de las redes sociales el trabajo de los periodistas está siendo constantemente evaluado por todo el mundo lo que supone que ningún fallo está permitido, y en este sector especialmente las críticas son demoledoras y la competencia es feroz. Esto no implica falta de compañerismo sino un concepto más ácrata de la profesión o un “*sálvese quien pueda*”. Esto se ha visto muy agudizado en esta última década, en la que la amenaza de las nuevas tecnologías he hecho que el sector pierda la “hegemonía” sobre la noticia: antes para estar informado había que recurrir a la prensa, la radio, la televisión... hoy en día a través de las redes sociales las noticias se conocen antes y sin el “filtro” de los medios de comunicación, y esto es percibido como una amenaza para la profesión.

Finalmente hay que destacar que es un sector con una elevada diversidad, en el que no se parecen en nada los factores de riesgo a los que está sujeto un trabajador de televisión o uno de prensa escrita, un trabajador que tiene una imagen pública frente al trabajador anónimo, un trabajador que sale a buscar la noticia de un trabajador que está en oficina... lo que dificulta en gran medida la elaboración de materiales, herramientas o propuestas para el sector, ya que cada uno necesita su “*traje*” a medida.

Además, la especialización sólo se busca en determinados puestos (información deportiva especialmente) existiendo una gran diferencia entre estos puestos en los que el periodista trabaja con un adecuado manejo y conocimiento de los temas, a aquellos que deben unir a los riesgos ya existentes, el desconocimiento en muchas ocasiones de las materias sobre las que debe informar.

Con respecto al peso específico del sector en Aragón, éste es muy reducido, estando por debajo del 0,5% de los trabajadores aragoneses de acuerdo a la información ofrecida por el propio sector.

De acuerdo a los datos ofrecidos, los principales medios existentes en Aragón son:

- ☞ Heraldo de Aragón
- ☞ El Periódico de Aragón
- ☞ Diario del Alto Aragón

- ☞ Diario de Teruel
- ☞ Aragón Radio
- ☞ Radio Zaragoza
- ☞ Cadena Ser
- ☞ Hit Huesca
- ☞ Radio Ebro
- ☞ Radio popular
- ☞ Aragón Televisión
- ☞ Aragón Digital
- ☞ Europa Press
- ☞ Radio Huesca
- ☞ TSA-Inevent
- ☞ Chip audiovisual
- ☞ EFE
- ☞ Factoría plural
- ☞ Cope
- ☞ Canal 52

Dentro de estos medios, se ha trabajado en la distribución de los trabajadores de acuerdo a las siguientes categorías:

- ☞ Redacción (periodistas, fotógrafos, cámaras, colaboradores, corresponsales...)
- ☞ Personal técnico (de sonido, realización, maquetación, infografía, rotativa ...)

## ☞ Departamentos de administración y de publicidad

De los medios que respondieron a la solicitud de información (18/20 lo que supone un nivel de confianza del 95% con un margen de error del 7%) se han obtenido los siguientes datos <sup>1</sup>:

- 10 de ellos se dedican a la radio
- 9 de ellos a la TV
- 9 a prensa escrita
- 9 a contenidos on line
- 2 a blogs y similares

Los medios que se dedican a contenidos on line y a blogs o similares, siempre es como complemento de otra de las actividades principales (prensa escrita, radio o televisión).

La mayor presencia de medios se encuentra en Zaragoza con 15, seguida de Teruel con 11 y Huesca con 10

En global se contabilizan 1.038 trabajadores en este sector, de los cuales:

487 (49,91%) se dedican a tareas de redacción: periodistas, fotógrafos, realización, maquetación, etc.

410 (39,49%) corresponden a personal técnico, de sonido, realización, maquetación, infografía, rotativa...

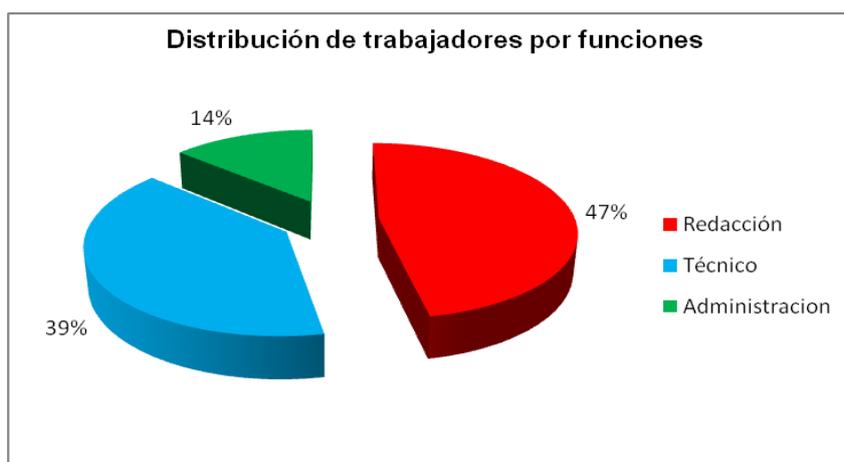
141 (13,58%) de ellos están adscritos a los departamentos de administración y publicidad

Por la importancia que tiene para los riesgos psicosociales, se ha valorado también el número de trabajadores que de manera habitual realiza parte de su trabajo fuera de las instalaciones de la empresa, cubriendo noticias principalmente.

---

<sup>1</sup> La suma es superior al número de medios encuestados ya que algunos de ellos realizan más de una actividad

En total de han contabilizado unos 564 trabajadores que salen fuera de las instalaciones (de los 1.038 totales) lo que supone aproximadamente un 54,33 % del global.



## LOS MEDIOS Y LA PREVENCIÓN: DOS MANERAS DE ENTENDERSE

Cuando se realiza una búsqueda en Internet con las palabras prevención y cualquier sector, como Peluquería, encontramos al momentos cientos de publicaciones sobre los riesgos derivados de dicho sector, manuales para la gestión de riesgos, folletos, materiales diversos...

Sin embargo, si realizamos la misma acción con prevención y medios de comunicación, la información que encontramos es prácticamente toda relativa al papel que los medios de comunicación pueden tener a la hora de fomentar actitudes preventivas, desde las clásicas campañas para dejar de fumar, campañas frente al acoso, etc., o al análisis de su “poder” de comunicación para influir de forma positiva en la cultura de prevención de la sociedad en general.



El papel que juegan los medios de comunicación en este sentido es una cuestión que incluso está contemplada en las Estrategias de Seguridad y Salud, tanto en la Estrategia Española como en la Estrategia Aragonesa.

Ahora bien ¿y quien habla de sus propios riesgos? ¿De los riesgos inherentes a su profesión?

¿Dónde están los manuales, las guías, las herramientas....?

Este sector, por la enorme variedad de perfiles que presenta, presenta igualmente una amplia gama de riesgos. No tienen comparación los riesgos de un reportero que está en la calle buscando la noticia, que del corrector que está en su mesa o de los operarios de las imprentas, por poner algunos ejemplos.

Sin embargo, si que se ha detectado un elemento común en la mayoría de ellos, una importante falta de sensibilización, información y formación preventiva.

Para la mayoría de los trabajadores, los factores de riesgo a los que se enfrentan son considerados como parte inherente del trabajo y por tanto no se plantean la aplicación de medidas preventivas, algo que en otros sectores está muy interiorizado (como en el sector de construcción o en la industria en general).

## LA PERCEPCIÓN DE LOS RIESGOS LABORALES DEL SECTOR

Hace décadas, se decía en las Facultades de Periodismo que el oficio de periodista era el segundo más arriesgado, siendo superado sólo por el de corredor de Fórmula 1.

El ejercicio del periodismo-comunicación puede resultar, en algunos momentos y lugares, el oficio más peligroso del mundo, un trabajo de alto riesgo. La constatación de esta peligrosidad la tenemos en las cifras: desde 2006, han muerto 800 informadores en todo el mundo, según datos de la ONU.

Además de perder la vida, los profesionales de la información son también objeto de agresiones, amenazas, restricciones legales, hostigamiento judicial, intimidación, acoso y secuestro.

Sin embargo, cuando se habla con los integrantes del sector de la Prevención de Riesgos, se puede observar una cierta distancia con la materia, y una percepción de que la Prevención es para sectores industriales y no para ellos.

Al igual que en otros muchos sectores de actividad, en el sector audiovisual hay que diferenciar los riesgos derivados de la propia actividad y los riesgos producidos por el puesto de trabajo. Entre los principales riesgos se encuentran:

- Relacionados con la actividad: fatiga física y psíquica, exposiciones diversas, sobreesfuerzos, sedentarismo, estatismo, atropellos y choques, etc.
- Relacionados con el puesto de trabajo: los riesgos generales del entorno, temperatura, ruido, radiaciones, incendios, etc. Y los riesgos específicos: golpes, caídas, atropellos, etc.

Otros factores potenciales de riesgo están asociados a las herramientas o instrumentos con los que desarrollan sus funciones las ocupaciones más técnicas del sector audiovisual.



En síntesis, algunos de los riesgos más probables del sector serían los siguientes:

- ☞ La manipulación manual de cargas dinámicas. Se produce debido a que deben cargar, en la mayor parte de los casos, con los equipos que necesitan para desempeñar el trabajo.
- ☞ La manipulación manual de cargas estáticas. En el desarrollo del trabajo se pueden producir posturas forzadas durante prolongados períodos de tiempo.
- ☞ Las condiciones ambientales que pueden producir riesgos por exceso o defecto (iluminación, temperatura, etc.).
- ☞ El peso de los factores de riesgo de índole psicosocial, ambigüedad del rol, relaciones personales, promoción profesional. El ritmo de trabajo y el agravante que puede representar el “apremio” que implica salir a trabajar sin conocer tiempo y condiciones.
- ☞ El riesgo para la integridad física bajo ciertas condiciones de la actividad.

En este proyecto concreto, nos vamos a centrar en el peso de los factores de índole psicosocial, aunque durante el proyecto se han incluido otros factores de riesgos para valorar el conocimiento preventivo del sector y su nivel de percepción de los riesgos, como elementos básicos para la posterior definición de acciones a emprender de cara a la mejora de la prevención en este sector.

La percepción de los riesgos en este sector es muy baja, y si hablamos de riesgos psicosociales es prácticamente nula, sin que se tenga muy claro que son estos riesgos y desde luego sin considerar que sea necesario ni evaluarlos ni establecer medidas preventivas.

Al tratarse de un sector muy vocacional y con una cierta carga “romántica” se sobreentiende que hay cosas que van estrechamente ligadas a la profesión, como puede ser horarios imposibles, trabajos nocturnos, precariedad, y la concepción de que el periodista debe ser “duro” y por tanto no debe verse afectado por la crudeza de las noticias ni debe poner medios de prevención. Lo importante es la noticia.

Afortunadamente esta percepción está cambiando en la última década, unido a la disminución de la prensa escrita y al auge de las redes sociales, Internet y todo lo que conllevan las nuevas tecnologías.

Estamos inmersos en un proceso de cambio en el sector en lo que respecta especialmente a la prensa escrita, ya que la televisión y la radio se ven afectadas en menor medida aunque también han debido adaptarse a esta revolución tecnológica.

Sin embargo la formación para la adaptación a estas tecnologías muchas veces es escasa, lo que incrementa el riesgo de estrés al no conocer las herramientas de trabajo, que en este caso suelen ser programas informáticos, y que de manera secundaria afectan a la distribución de los tiempos de trabajo, algo especialmente importante en la televisión y la radio, donde los horarios deben respetarse de manera absoluta.

Esta vocación, supone también en ocasiones un mecanismo de compensación de algunos factores de riesgo, ya que al tratarse de un trabajo deseado no importan los aspectos negativos unidos a la misma, sino que se magnifican los aspectos positivos de la misma y la satisfacción que generan.

## LOS RIESGOS PSICOSOCIALES EN LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

De acuerdo a la Ley de Prevención, el riesgo laboral es “la posibilidad de que un trabajador sufra un determinado daño derivado del trabajo”.

Existen cuatro categorías de riesgos laborales, riesgos físicos, higiénicos, ergonómicos y psicosociales. Para valorar la severidad de los mismos, hay que tener en cuenta la probabilidad y el grado del daño.



Fuente. Prevencionar Autora: María Rita González Fernández.

Si nos centramos en los riesgos psicosociales, existen múltiples definiciones de los factores de riesgo psicosocial, aunque todas ellas proceden del Comité Mixto OIT/OMS:

*"Los factores de riesgo psicosocial son aquellas condiciones presentes en una situación de trabajo, relacionadas con la organización, el contenido y la realización del trabajo susceptibles de afectar tanto al bienestar y la salud (física, psíquica o social) de los trabajadores como al desarrollo del trabajo."*

Los factores psicosociales (que no dejan de ser otros que los organizacionales) están presentes en todas las organizaciones, independientemente del sector, tamaño, puesto de trabajo, etc. Un factor psicosocial puede o no convertirse en un factor de riesgo psicosocial, siendo estos últimos predictores o desencadenantes de situaciones de riesgo psicosocial.

Los factores de riesgo psicosocial comprenden un amplio espectro de factores. Esto no significa que todos ellos estén siempre presentes en todos los puestos de trabajo.

Los factores psicosociales están relacionados “con la organización, el contenido del trabajo y la realización de la tarea”, y tienen la capacidad de afectar tanto al bienestar o a la salud (física, psíquica o social) del trabajador como al desarrollo del propio trabajo. Pueden considerarse como:

- Positivos: facilitan la realización del trabajo, el desarrollo de competencias personales laborales, y el logro de altos niveles de motivación y satisfacción laboral, repercutiendo en un aumento de productividad empresarial
- Negativos: pueden afectar de forma perjudicial a la salud y bienestar del trabajador, al provocar respuestas de inadaptación y tensión.

Categoría	Condiciones que definen el peligro
<i>Contexto de trabajo</i>	
Función y cultura organizativas	Comunicación pobre, bajos niveles de apoyo para la resolución de problemas y el desarrollo personal, falta de definición de objetivos organizativos.
Función en la organización	Ambigüedad y conflicto de funciones, responsabilidad por otras personas.
Desarrollo profesional	Estancamiento profesional e inseguridad, promoción excesiva o insuficiente, salario bajo, inseguridad laboral, escaso valor social del trabajo.
Autonomía de toma de decisiones (latitud de decisión)/Control	Baja participación en la toma de decisiones, falta de control sobre el trabajo (el control, particularmente en forma de participación, es asimismo un contexto y una cuestión organizativa más amplia).
Relaciones interpersonales en el trabajo	Aislamiento social y físico, escasa relación con los superiores, conflicto interpersonal, falta de apoyo social.
Interfaz casa-trabajo	Exigencias en conflicto entre trabajo y casa, escaso apoyo en casa, problemas profesionales duales.
<i>Contenido de trabajo</i>	
Entorno laboral y equipo de trabajo	Problemas relacionados con la fiabilidad, disponibilidad, adecuación y mantenimiento o reparación del equipo y las instalaciones.
Diseño de las tareas	Falta de variedad y ciclos de trabajo cortos, trabajo fragmentado o carente de significado, infrautilización de las capacidades, incertidumbre elevada.
Carga de trabajo/Ritmo de trabajo	Exceso o defecto de carga de trabajo, falta de control sobre el ritmo, niveles elevados de presión en relación con el tiempo.
Horario de trabajo	Trabajo en turnos, horarios inflexibles, horarios impredecibles, horarios largos o que no permiten tener vida social.

En el sector de medios de comunicación, encontramos todos estos factores de riesgo con un mayor o menor peso asociado a las características del sector:

## CONTEXTO DE TRABAJO

Factor de Riesgos	Percepción por el sector	Afección
Función y cultura organizativas	Desde el sector, muy pocos trabajadores han manifestado que la comunicación pobre sea un factor de riesgo para ellos, si bien en las entrevistas si que se ha podido entrever que pese a no considerarse directamente, si que ha sido fuente de conflictos y de situaciones estresantes y de mal clima laboral, lo que supone un factor de riesgo psicosocial. .	
Función en la organización	Si bien los propios trabajadores manifiestan que no están bien definidas las tareas en muchas ocasiones, se considera que es parte de la profesión el tener la “libertad” de tomar las decisiones que se consideren y que no es necesario que nadie les diga cómo deben trabajar.  Bajo este prisma, este factor no es considerado como un factor de riesgo importante para el sector.	
Desarrollo Profesional	En este aspecto, no se valora la precariedad ni la inseguridad laboral, ya que se trata de una profesión muy vocacional, lo que actúa como mecanismo de compensación de esta situación.  Aunque se considera que el salario no es el adecuado, si que se le otorga un valor al trabajo realizado por lo que este factor no es considerado por los trabajadores del sector.	

Autonomía de toma de decisiones	En líneas generales, la mayor parte de los trabajadores consideran que tienen un elevado grado de autonomía para la toma de las decisiones, ya que se considera que es una profesión algo “ácrata” y que esos aspectos son parte integrante, en este caso con un carácter positivo, de la profesión.	
Relaciones interpersonales	Desde el sector se considera que no existe un problema con las relaciones interpersonales, ya que habitualmente se trabaja en equipos entre los que debe existir buena conexión.  Incluso, la necesidad de cubrir determinadas noticias que suponen afrontar retos conjuntos supone en muchas ocasiones una mejora de las relaciones entre compañeros.	
Interfaz casa-trabajo	Pese a que muchos de los trabajadores consideran que es difícil la conciliación y que eso va unido a la profesión, acaba siendo un importante factor de riesgo que si bien puede no ser percibido de manera adecuada si que se refleja en la calidad de vida de los trabajadores del sector.	

## CONTENIDO DEL TRABAJO

Factor de Riesgos	Percepción por el sector	Afección
Entorno Laboral y equipo de trabajo	La transformación del sector va unida al incremento en el uso de tecnologías, lo que genera no sólo un problema de adaptación para los trabajadores de mayor edad, sino que unido a una deficiente formación y a los tiempos ajustados con los que se trabaja suponen un factor de riesgo importante.	
Diseño de las tareas	En este aspecto, la variedad de las materias, trabajos y aspectos que se trabajan es muy elevada, lo que suele evitar la rutina y la falta de motivación unida a estos aspectos. Puede en ocasiones tener un elemento de desgaste en determinado tipo de noticias, especialmente en las ligadas a temas políticos pero en general no se considera este factor de riesgo en el sector	
Carga de trabajo / Ritmo de trabajo	Este factor es uno de los más mencionados en el sector, tanto por la necesidad de cumplir horarios estrictos como por la necesidad de sacar el mismo trabajo que hace unos años con mucho menos personal.	

Horario de Trabajo	Los horarios de trabajo son muy inciertos, ya que las noticias hay que cubrirlas cuando se generan lo que impide la previsión de horarios. Además, los posibles mecanismos compensatorios que existen para estos aspectos, propios de la profesión, no están adecuadamente desarrollados (compensaciones económicas, compensaciones horarias) lo que supone que si se considere como un factor de riesgo importante para el sector.	
--------------------	---	---

Si estos factores tienen un impacto positivo, se generarán beneficios tanto para el trabajador (aumento de su salud, satisfacción laboral, motivación, etc.) como para la empresa (buen clima laboral, mejora el bienestar personal y organizacional, mayor productividad).

En los casos en que estos factores son disfuncionales pasan a ser factores psicosociales de riesgo, con consecuencias y repercusiones negativas, tanto para el trabajador (afecciones a la salud física y mental, TME, etc.) como para la empresa (incremento del absentismo, aumento de la siniestralidad...).

Así, en la valoración anterior se han definido una serie de riesgos psicosociales (⊗) referidos al daño o lesión que pueden provocar las condiciones de trabajo, si son inadecuadas.

Los riesgos son hechos, acontecimientos, situaciones o estados consecuencia de la organización del trabajo, que tiene una alta probabilidad de afectar a la salud del trabajador. Se consideran como consecuencias.

A pesar de que en la actualidad no existe en la Unión Europea una regulación legal en su conjunto en materia de riesgos psicosociales, se reconocen como tales:

- el estrés laboral
- la fatiga
- la violencia en el trabajo

En un análisis más detallado de los factores definidos como factores de riesgo negativo, y de las consecuencias que se pueden derivar de los mismos tenemos, por importancia:

### **HORARIOS DE TRABAJO**

Los horarios de trabajo en sector se caracteriza por:

- ☞ Horarios impredecibles, no permiten la planificación de las actividades ni profesionales ni de ocio, ya que las noticias surgen cuando surgen y es necesario cubrirlas en ese momento
- ☞ Horarios dilatados en el tiempo: La duración de las noticias viene impuesta por la propia noticia, por lo que puede prolongarse en el tiempo y dar lugar a jornadas maratónicas.
- ☞ Variabilidad en los horarios: es normal trabajar a cualquier hora del día o de la noche (hasta cierto punto) y existe además una variabilidad espacial, ya que la noticia se puede generar en diferentes ubicaciones físicas.

### **Consecuencias**

Propensión a las adicciones, especialmente a las poli-adicciones, ya que la laxitud y variabilidad de los horarios suponen un factor de riesgo para el uso y abuso, que son la etapa inicial y que incrementado con la habituación que hace disminuir las señales de alarma, pueden derivar en adicciones.

Entre las adicciones que pueden ser más habituales en este sector se encuentran el alcohol (puede como respuesta a la tensión, como premio al final de la jornada o derivar de la necesidad de buscar la noticia), las pastillas (como respuesta al estrés y a la tensión, unido a que con este tipo de sustancias si no se aprecia un resultado inmediato la tendencia es a incrementar la dosis) y tabaco.

Estrés, con las consecuencias físicas derivadas del mismo (afecciones cardiovasculares, neurológicas y psicológicas).

Fatiga y agotamiento, con las consecuencias físicas derivadas y la posible propensión a episodios depresivos.

Incremento de la siniestralidad por pérdida de la atención en situaciones de estrés y agotamiento.

## CARGA/RITMO DE TRABAJO

La presión de los horarios y lo impredecible de las noticias generan una presión para hacer el trabajo a un ritmo muy elevado, lo que se une a carencias formativas (como veremos más adelante) y a una reducción en los recursos humanos del sector que no va necesariamente unida a la carga de trabajo.

La carencia de recursos humanos, supone igualmente una imposibilidad de planificación y una inadecuada distribución de la carga de trabajo con un posible conflicto entre personal y afecta al clima laboral.

Esta carga de trabajo puede verse además empeorada si existe un mal liderazgo, con jefes incompetentes o desconocedores del trabajo real que se realiza, especialmente relacionado con los mandos intermedios (este factor, “*Función y cultura organizativas*”, ha salido con un componente neutro en la evaluación realizada, pero si que puede afectar incrementando el factor de carga de trabajo)

### Consecuencias

Propensión a las adicciones, en este caso se trataría de sustancias excitantes, entre las que se incluyen sustancias legales como el café o, más raramente actualmente, sustancias ilegales como la cocaína (muy utilizada en la década de los 80 y 90).

Estrés, con las consecuencias físicas derivadas del mismo (afecciones cardiovasculares, neurológicas y psicológicas).

Fatiga y agotamiento, con las consecuencias físicas derivadas y la posible propensión a episodios depresivos.

Incremento de la siniestralidad por pérdida de la atención en situaciones de estrés y agotamiento.

## ENTORNO LABORAL Y EQUIPO DE TRABAJO

En relación con los equipos de trabajo, siempre se considera en primer lugar el riesgo de los TME (trastornos músculo esqueléticos) asociado a la necesidad de portar los equipos de grabación, sonido, etc.) necesarios para la captación de la noticia, y las PVD (pantallas de visualización de datos) necesarias para tratar esta noticia antes de su emisión, sea en televisión, radio o prensa escrita.

Estos aspectos no son en si mismos factores de riesgo psicosocial, pero si que pueden incrementar Alcuino de los factores existentes, al generar un malestar físico y psíquico, que acaban incrementando las consecuencias negativas de los factores de riesgo psicosocial existentes.

Si que debe considerarse como un importante factor de riesgo psicosocial la falta de la adecuada formación para el manejo de las herramientas utilizadas, ya que la revolución tecnológica supone un incremento en el uso de programas informáticos para los que no se suele estar preparado, especialmente en el caso de los trabajadores de mayor edad.

Pero además, el uso de estas tecnologías, hace que prácticamente llevemos la oficina encima (móvil, tablet, etc.) lo que muchas veces condiciona una falta de desconexión, que agrava las consecuencias negativas de este factor.

En lo relacionado con el entorno, existen diversos factores cuya afección depende en gran medida de las personas, ya que aspectos como la exposición pública de algunos de los trabajadores del sector puede verse compensada por un cierto ego que les haga considerar esta exposición como algo positivo.

Otros factores del entorno que pueden afectar es la propia autocensura de los trabajadores, que ante presiones políticas o económicas se realiza, lo que puede llegar a generar un conflicto moral que deben afrontar.

Finalmente, existe un cierto sentimiento de “propiedad” hacia el trabajo que se realiza, siendo muy celosos del mismo y con un alto grado de perfeccionismo, lo que puede generar tensiones entre los trabajadores cuando en determinados actos se mezclan trabajadores con diferentes cualificaciones.

El entorno en el que se generan las noticias puede suponer en ocasiones un riesgo físico o psíquico, ya que pueden tener problemas para su seguridad física o verse verbalmente increpados, teniendo además siempre el riesgo de ser denunciados por las noticias que emiten.

### **Consecuencias**

Propensión a las adicciones, en este caso se derivaría especialmente a una adicción hacia el alcohol, usado tanto como refugio tras una situación de tensión (por ejemplo tras enfrentarse a una noticia luctuosa), como al ser utilizado (especialmente años atrás) como elemento de agasajo de cara a obtener noticias.

Estrés, con las consecuencias físicas derivadas del mismo (afecciones cardiovasculares, neurológicas y psicológicas).

Fatiga y agotamiento, con las consecuencias físicas derivadas y la posible propensión a episodios depresivos.

Incremento de la siniestralidad por pérdida de la atención en situaciones de estrés y agotamiento.

### **INTERFAZ CASA-TRABAJO**

Este factor, se ve afectado especialmente por los condicionantes anteriores, haciendo que sea muy complicada la conciliación adecuada de la vida familiar y laboral, máxime cuando en este sector existe una cierta tendencia a la endogamia lo que aún dificulta más la conciliación.

La imposibilidad de realizar de manera adecuada esta conciliación incrementa los factores estresantes y el agotamiento, ya que a aquellos derivados de la propia actividad laboral deben unirse aquellos derivados de la insatisfacción y la ansiedad generadas por no poder compatibilizar ambos aspectos de la vida.

### **Consecuencias**

Propensión a las adicciones, en este caso se derivaría especialmente a una adicción hacia el alcohol, usado como compensación de las carencias o como premio tras la jornada laboral evitando así el conflicto en el hogar cuando se mantiene una relación o buscando las relaciones cuando se está solo.

Estrés, con las consecuencias físicas derivadas del mismo (afecciones cardiovasculares, neurológicas y psicológicas).

Fatiga y agotamiento, con las consecuencias físicas derivadas y la posible propensión a episodios depresivos.

Incremento de la siniestralidad por pérdida de la atención en situaciones de estrés y agotamiento.

## CONCLUSIONES

Tras las encuestas y entrevistas a los expertos, se han obtenido las siguientes conclusiones:

- Existe un desconocimiento muy importante de lo que es la prevención de riesgos laborales y de los que son los riesgos, especialmente los psicosociales por tratarse de la materia de este proyecto.
- El sector considera en líneas generales que la prevención no es algo que deba aplicarse a su sector, sino que es más un tema de las empresas industriales. Se han normalizado los riesgos.
- Se trata de una profesión muy vocacional, lo que hace que muchas veces algunos aspectos se den por sentado, como la precariedad, los horarios, etc.
- La revolución tecnológica supone y va a suponer importantes cambios en el sector, para los que es necesaria una formación importante de la que ahora se carece.
- No se valoran apenas los riesgos asociados al acoso por razón de sexo o a la discriminación, cuando si que se pueden detectar algunas conductas, especialmente en puestos que están cara al público y que son la imagen de las noticias.

Conviene subrayar también la influencia que tiene la exposición a riesgos psicosociales sobre otros ámbitos preventivos aparentemente alejados de la Psicología y sus consecuencias, como pueden ser los trastornos músculo esqueléticos (TME), las conductas de riesgo, la siniestralidad asociada a patología no traumática (problemas cardiovasculares), etc.

## PROPUESTA DE ACCIONES DE INTERVENCIÓN

Con todos estos resultados, se propone la realización de una serie de actuaciones que sirvan para ir cubriendo, poco a poco, algunas de las principales carencias detectadas en la materia.

Por ello se ha elaborado una lista de “tareas” a realizar con el sector, incluyendo la propuesta de un folleto de información/sensibilización para el sector que se ha elaborado de manera que se optimice su envío a través de twitter y otras redes sociales, herramientas muy utilizadas por el sector y que facilitarán la difusión del mismo..

Las tareas a realizar serían:

- Incrementar la cultura preventiva en el sector
- Los riesgos no deben ser parte del trabajo, hay que sensibilizar en esta materia
- Formar en materia de riesgos psicosociales: qué son y cual es su importancia
- Fomentar la formación en todos los aspectos, no sólo la preventiva sino la formación para el trabajo
- Fomentar la realización de una completa evaluación de riesgos psicosociales en las empresas del sector

Finalmente, y para facilitar la difusión de las principales aspectos a tratar, se ha diseñado una imagen para su envío vía redes sociales, al ser la herramienta más utilizada por el sector, y que ayude a la difusión preventiva.



**QUE LA PRÓXIMA NOTICIA NO SEAS TÚ...  
PREVENCIÓN ANTE TODO**

**HERRAMIENTA NUEVA  
FORMACIÓN NUEVA**

**LOS RIESGOS PSICOSOCIALES SON IMPORTANTES:  
EVALÚALOS Y APLICA PREVENCIÓN**

## AGRADECIMIENTOS

Especial agradecimiento a las siguientes personas y a sus organizaciones, que, definidas como “expertos” han colaborado de manera altruista en la elaboración de este proyecto.

- ☞ José Carlos Alquezar (Quironprevencion)
- ☞ Alberto Beltrán (CMAPA)
- ☞ Ana Cavero (Chip Audiovisual)
- ☞ María del Mar Fernández (UGT Aragón)
- ☞ Yolanda Fernando (SPMAS)
- ☞ Ángel Letosa (SEPREAT)
- ☞ Joaquín López Franco (FREMAP)
- ☞ Maribel Martín (Asociación de Periodistas de Aragón)
- ☞ Carmen Mombiela (ISSLA)
- ☞ Eva Pérez (Cadena Ser)
- ☞ Juan Gregorio Rodrigo (MAZ)
- ☞ José Luis Trasobares (Presidente de la Asociación de Periodistas de Aragón)