

# La lucha contra el estrés centrará el plan de prevención de la UAL

Tres de cada diez trabajadores españoles sufren ansiedad debido al esfuerzo excesivo

Tratará también las dolencias de espalda

M.C. CALLEJÓN ALMERÍA

El estrés se ha convertido en una de las principales patologías que sufren los trabajadores. De hecho, el 30 por ciento de los españoles activos, es decir, tres de cada diez, padece esta dolencia ocasionada, entre otras causas, por una elevada tensión psíquica producida por circunstancias caracterizadas por un continuado esfuerzo excesivo o preocupación extrema en el trabajo.

Su importancia empieza a ser tal que algunos estudios revelan que la depresión, frecuente en pacientes con trastornos de ansiedad, será la principal causa de discapacidad en el horizonte no tan lejano del año 2020.

Para combatir esta patología - que se ha convertido en la más frecuente del mundo moderno-entre sus trabajadores, la Universidad de Almería va a poner en marcha una serie de acciones que han sido aprobadas por el Comité de Seguridad y Salud de la institución académica, dentro su plan de actuación anual.

La programación de actividades a desarrollar por el Servicio de Prevención de la UAL para el presente curso 2006/07 incluye, en este sentido, un curso sobre técnicas de afrontamiento del estrés y 'burnout' dirigido al personal de administración y servicios -PAS- y funcionarios, que tendrá lugar en enero del próximo año.

Continuará también este curso la tradicional escuela de espalda, que incidirá, de octubre a

## ESCUELA DE ESPALDA

► El 71,43 por ciento de los empleados de la Universidad de Almería que han participado en este programa manifiesta haber cambiado de hábitos posturales; el 77,14 por ciento considera que esta actividad ha influido positivamente en su puesto de trabajo; y el 80 por ciento ha notado beneficio en cuanto a su confort psíquico para iniciar la jornada.

junio, en la adopción de una correcta higiene postural, y que tendrá lugar dentro de la jornada laboral para PAS, PDI y personal becario.

Según los datos del curso pasado, el 71,43 por ciento de los empleados de la Universidad de Almería que participaron en el programa manifestó haber cambiado de hábitos posturales; el 77,14 por ciento consideró que esta actividad ha influido positivamente en



ESPALDA. Un trabajador, frente al ordenador, en su jornada laboral. / IDEAL

su puesto de trabajo; y el 80 por ciento ha notado beneficio en cuanto a su confort psíquico para iniciar la jornada.

Durante este año se celebrarán, asimismo, las III Jornadas de Prevención en las Universidades Públicas Andaluzas que organizará y acogerá la almeriense y se celebrará en el segundo trimestre del curso.

Habrán, asimismo, cursos de prevención de riesgos laborales para

personal docente e investigador y, concretamente, para profesorado no experimental y para profesorado experimental de Química, Biología y área sanitaria, Ingeniería, Informática y Electrónica.

## Manejo de gases

El Servicio de Prevención incidirá, por otra parte, en la seguridad y buenas prácticas en el manejo de gases y generación de residuos en los laboratorios, profundizando en la consistencia y normativa de aplicación, las características de la producción de residuos de laboratorio y los procedimientos internos de recogida en la UAL, la clasificación de los RP's, su etiquetado, condiciones de manipulación, almacenamiento, transporte, transferencia, los contenedores y sus tipos, así como las normas básicas de protección personal. Los destinatarios son PDI, técnicos de laboratorios y becarios de áreas experimentales.

Se celebrará, asimismo, un curso de prevención de riesgos laborales para PAS funcionarios, que

pretende dotar a los trabajadores de los conocimientos y el adiestramiento suficiente para efectuar, en condiciones ergonómicas y de seguridad, las distintas actividades técnicas y administrativas de este colectivo, así como formarles sobre los derechos y responsabilidades en esta materia.

Aunque aún está por determinar la fecha, la UAL celebrará, en colaboración con el Centro Provincial de Prevención de Riesgos Laborales, la Delegación de Salud y el Colegio Oficial de Ingenieros Técnicos Industriales, la séptima edición del Foro Provincial de Prevención de Riesgos Laborales, que está dirigido a todos los profesionales de la provincia vinculados con la prevención de riesgos profesionales.

El Servicio de Prevención publicará también una revista temática sobre Seguridad, Salud y Medio Ambiente Universitario, en el periodo noviembre-diciembre 2006 y actualizará continuamente la web <http://web.ual.es/web/pActividades.jsp?id=3285>.

## Emergencias y simulacros

M. C. C. ALMERÍA

El Comité de Seguridad y Salud de la Universidad de Almería ha acordado la celebración de una sesión informativa para personal del Centro de Control y Comunicaciones del Plan de Emergencias de las institución

académica. En ella, se tratará el reciclaje y perfeccionamiento del personal que atiende el teléfono interno de emergencias de la UAL. En este sentido, se realizará también una sesión de puesta a punto para abordamiento de simulacros, destinada a la puesta a punto y coordinación de personal de intervención en el dispositivo operativo de respuesta del Plan de Emergencias de la UAL.