

## Especial **Día Mundial de la Salud y Seguridad Laboral**

# Seguridad laboral al encargar obras de reforma

Desde el Colegio Oficial de Aparejadores y Arquitectos Técnicos de Alicante se señala que cuando se encarga la ejecución de obras de reforma en una casa, negocio o en la comunidad de propietarios, no sólo hay que contratar a una empresa constructora que ejecute las obras, hay que tener en cuenta otras consideraciones y se deben realizar diversas gestiones:

-Tramitar la declaración responsable de las obras.

-Contactar con empresas inscritas en el Registro de Empresas Acreditadas (REA) que dispongan de Plan de Prevención de Riesgos Laborales.

-Si se trata de reformas sin proyecto, el contratista contará con Evaluación de Riesgos Específica; si disponen de proyecto, la empresa redactará un Plan de Seguridad y Salud.

-Si en la obra interviene más de una em-

presa, se deberá contar con un Coordinador de Seguridad y Salud.

### Responsabilidad y compromiso

Encargar una obra requiere de responsabilidad ya que se asume la figura del promotor y se adquiere el compromiso de que la propiedad disponga de unas condiciones laborales seguras. Además, se debe actuar con coherencia, para que los trabajos cumplan con la Ley de Prevención, a través de los agentes implicados.

### Los técnicos idóneos

Los arquitectos técnicos o aparejadores son los técnicos idóneos para dirigir las obras, velando porque se ajusten al presupuesto pactado y asesorando para que se cumplan los requisitos legales en materia de seguridad. Un técnico de confianza que garantizará el mejor resultado.

## EL TÉCNICO DE CONFIANZA VELANDO POR LA SEGURIDAD

El **aparejador** dirige las obras de reforma de hogares, negocios y comunidades con garantías.

Vela por que se ajuste al presupuesto, asesorando y supervisando que se cumplan las leyes en materia de **seguridad**.



Un **técnico de confianza** que garantizará el mejor resultado en las reformas.

# SÍNDROME DE BURNOUT, UN RIESGO PARA EL MÉDICO Y EL PACIENTE



**José Manuel Peris Velarde**

VOCAL DE MEDICINA PRIMARIA DEL COLEGIO DE MÉDICOS DE ALICANTE

**E**stoy agotado, no doy más de sí en la consulta». Desgraciadamente esta es la sensación de muchos compañeros cuando terminan su jornada: están cansados, sobrecargados, quemados... Se trata de un síndrome bien conocido por todos los profesionales de la salud, pero especialmente por los facultativos. Es el burnout (síndrome del quemado o del agotamiento profesional) y ya existen sentencias que lo consideran accidente laboral.

Descrito en 1973 por el psicólogo H. Freudenberger, este síndrome es una respuesta al estrés laboral crónico integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las personas con las que se trabaja y hacia el propio rol profesional. Se da con mayor frecuencia entre los sanitarios, de forma reactiva a la doble relación, profesional-paciente y profesional-organización.

El médico está sometido a condiciones estresantes. Nuestro quehacer diario conlleva tres características que son factores de riesgo: un gran es-

fuerzo mental y físico, cambios en horarios y reorganización de tareas y trato con pacientes en circunstancias de acusada ansiedad, aflicción y sufrimiento. Además, el entorno no nos favorece (nuevas demandas asistenciales, crisis del sistema, poca conciencia de los gestores sobre el problema...) El resultado es un agotamiento emocional y una despersonalización que conducen a un endurecimiento afectivo que deshumaniza nuestra relación médico-paciente. Este deterioro personal y en la relación con el paciente derivan en una merma en la calidad asistencial.

Llegados a este punto, ¿en qué consistirá el tratamiento? Primero, en la adquisición de habilidades para mejorar la autoeficacia, autoestima y el control de las preocupaciones y segundo, ofrecer una ayuda individualizada con programas de prevención primaria.

La Asociación Médica Mundial afirmó en 2015 que «los médicos tienen el derecho a

condiciones de trabajo que ayuden a limitar el riesgo de burnout». Por tanto, administraciones y Colegios Profesionales debemos velar por los trabajadores, favoreciendo la prevención y los tratamientos personalizados con intervenciones diseñadas en el ámbito organizacional e individual.

ES UNA RESPUESTA AL  
ESTRÉS LABORAL CRÓNICO  
CON ACTITUDES Y  
SENTIMIENTOS  
NEGATIVOS HACIA LAS  
PERSONAS CON LAS QUE  
SE TRABAJA



COLEGIO OFICIAL DE  
**MÉDICOS**  
DE ALICANTE