

# Buenas prácticas en evaluación de riesgos laborales asociados al teletrabajo

La experiencia de la



**Universitat  
Pompeu Fabra**  
*Barcelona*



**Universitat  
Pompeu Fabra**  
*Barcelona*



**Jornada sobre la evaluación  
de los riesgos laborales asociados  
al teletrabajo**

**Barcelona, 4 de mayo de 2022**

## **1. Antecedentes**

- 1. Marco legal**
- 2. Modelo conceptual**

## **2. La realidad de la UPF**

- 1. Características de la exposición**
- 2. Programa de control de los factores de riesgo**

## **3. Identificación y evaluación de riesgos en el teletrabajo**

- 1. Contenido**
- 2. Metodología**



# Antecedentes



**Universitat  
Pompeu Fabra**  
Barcelona

Oficina de Prevenció  
de Riscos Laborals  
i de Promoció de la Salut



- Acuerdo marco europeo sobre teletrabajo; 16-7-02.
- Real Decreto Legislativo 2/2015, de 23 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores (artículo 13). BOE, 255, 24-10-15.
- Real decreto Legislativo 5/2015, de 30 de octubre, por el que se aprueba el texto refundido del Estatuto Básico del Empleado Público (artículo 47bis). BOE, 261, 31-10-15.
- Decreto 77/2020, de 4 de agosto, que regula la prestación de servicios en la modalidad de teletrabajo para el personal al servicio de la Administración de la Generalitat de Catalunya y sus organismos autónomos. DOGC, 8195, 6-8-20.
- Real Decreto-ley 28/2020, de 22 de septiembre, de trabajo a distancia. BOE, 253, 23-9-20.
- Ley 10/2021, de 9 de julio, de trabajo a distancia. BOE, 164, 10-10-21.
- Acuerdo marco para el desarrollo del teletrabajo del personal de administración y servicios en las Universidades Públicas de Catalunya. Barcelona: Mesa de Universidades Públicas de Catalunya; 16-6-21.
- Procedimiento operativo para proteger la salud en el teletrabajo. Barcelona: Universitat Pompeu Fabra; 26-11-21.
- Acuerdo para la prestación de servicios en la modalidad de teletrabajo del personal de administración y servicios (PAS) de la UPF, en despliegue del Acuerdo marco para el desarrollo del teletrabajo del personal de administración y servicios en las Universidades Públicas de Catalunya (en proceso de negociación).



# antecedentes

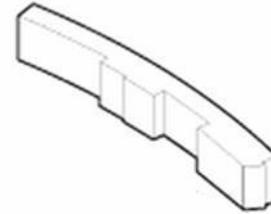
modelo conceptual: conceptos específicos

**Trabajo a distancia**  
**Equipo de trabajo**  
**Condición de trabajo**  
**Personas teletrabajadoras**  
**Deber de colaboración**  
**Daños derivados del trabajo**  
**Puesto de teletrabajo**  
**Carácter regular**  
**Kit TIC**  
**Prevenición**  
**Delegados de prevención**  
**Riesgo laboral**  
**Teletrabajo**  
**Trabajo presencial**  
**Zona de trabajo habilitada**

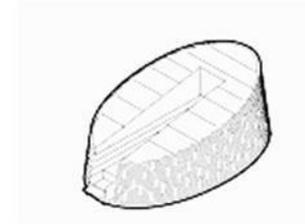
# La realidad de la



**Universitat  
Pompeu Fabra  
Barcelona**



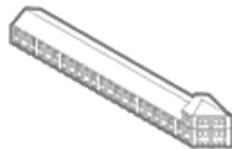
Dr. Aiguader



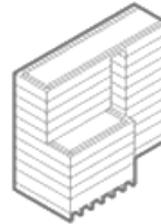
PRBB



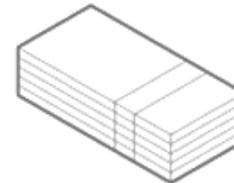
La Fàbrica



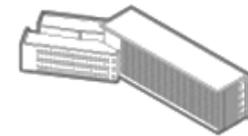
La Nau



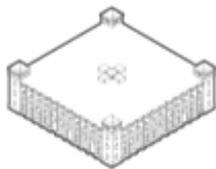
Roc Boronat



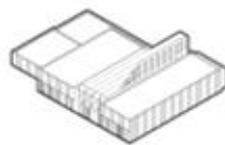
Tallers



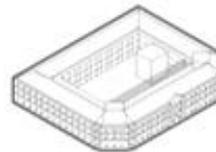
Tànger



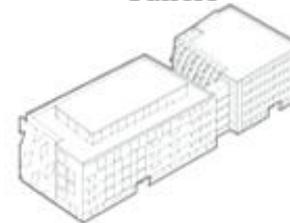
Dipòsit



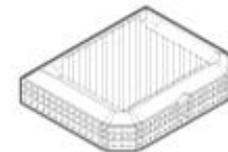
Ramon Turró



Jaume I



Mercè Rodoreda



Roger de Llúria



**Universitat  
Pompeu Fabra  
Barcelona**

Oficina de Prevenció  
de Riscos Laborals  
i de Promoció de la Salut

## 3 ámbitos de conocimiento campus especializados parques de investigación



### Campus del Poblenou (2009)

Ciencias de la comunicación y las tecnologías de la información

33.976,83 m<sup>2</sup>

5 edificios

≈ 800 empleados

234 Despachos

Comunidad universitaria de ≈ 4.000 personas



### Campus de la Ciutadella (2001)

Ciencias sociales y humanas

85.273,43 m<sup>2</sup>

5 edificios

≈ 1.000 empleados

584 Despachos

Comunidad universitaria ≈ 8.000 personas



### Campus del Mar (1998)

Medicina y ciencias de la vida

13.608,72 m<sup>2</sup>

2 edificios

≈ 500 empleados

105 Despachos

Comunidad universitaria ≈ 1.500 personas



### Rectorado (1993)

4.877,44 m<sup>2</sup>

1 edificio

≈ 200 empleados

80 Despachos

**Figura 2.** Implantación territorial y proyecto universitario de la Universitat Pompeu Fabra.

# Características

de los puestos de trabajo presenciales



Fuente: UPF. Servicio de Infraestructuras y Patrimonio.

**Imagen 1.** Muestra de despachos de la Universidad, según campus, tipo y colectivo usuario. 2022.

Fuente:

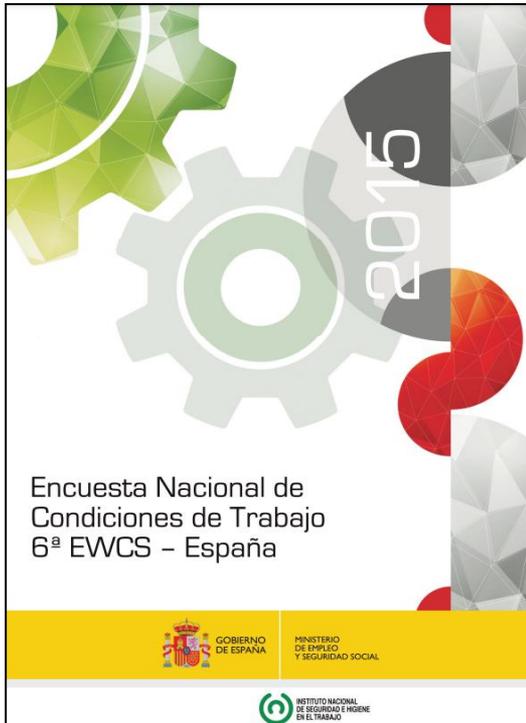


Tabla 22. Problemas de salud en los últimos 12 meses según variables sociodemográficas

		Problemas de audición	Problemas de piel	Dolor de espalda	Dolor de cuello y extremidades superiores	Dolor de extremidades inferiores	Cefalea, fatiga visual	Ansiedad	Cansancio general
Sexo	Hombre	7%	5%	41%	41%	31%	31%	15%	39%
	<input checked="" type="checkbox"/> Mujer	4%	<b>7%</b>	<b>50%</b>	<b>51%</b>	<b>37%</b>	<b>41%</b>	<b>21%</b>	<b>50%</b>
Edad	Hasta 34 años	2%	6%	34%	32%	21%	32%	16%	38%
	<input type="checkbox"/> De 35 a 49 años	5%	6%	46%	48%	35%	37%	18%	47%
	50 y más años	<b>9%</b>	7%	<b>55%</b>	<b>54%</b>	<b>44%</b>	<b>38%</b>	19%	<b>48%</b>
Ocupación (extracto)	Directores y gerentes	2%	1%	39%	39%	39%	34%	<b>24%</b>	49%
	Técnicos y profesionales científicos e intelectuales	4%	7%	41%	43%	27%	<b>42%</b>	17%	42%
	Técnicos y profesionales de apoyo	7%	7%	42%	40%	22%	37%	18%	46%
	Empleados contables y administrativos	3%	6%	40%	40%	24%	37%	17%	36%
Actividad económica (extracto)	Actividades administrativas, auxiliares y financieras	3%	8%	42%	47%	32%	38%	22%	43%
	Administración pública y defensa	4%	5%	39%	41%	30%	39%	9%	39%
	Educación	7%	7%	43%	40%	26%	<b>45%</b>	18%	40%
	Salud	4%	<b>11%</b>	<b>55%</b>	<b>52%</b>	35%	<b>43%</b>	<b>26%</b>	<b>50%</b>
	Otros servicios	4%	6%	42%	41%	36%	34%	16%	38%
Total		5%	6%	45%	45%	34%	36%	18%	45%

Base: total de trabajadores (N=3.364).  
 Nota: en **negrita** los colectivos más destacados.

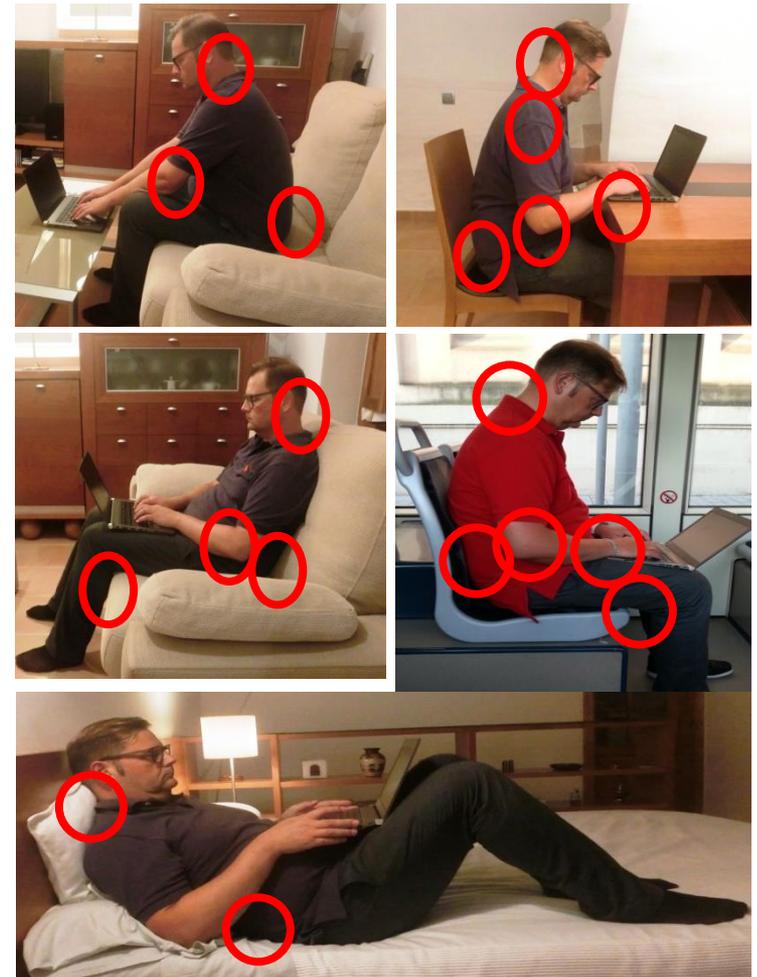
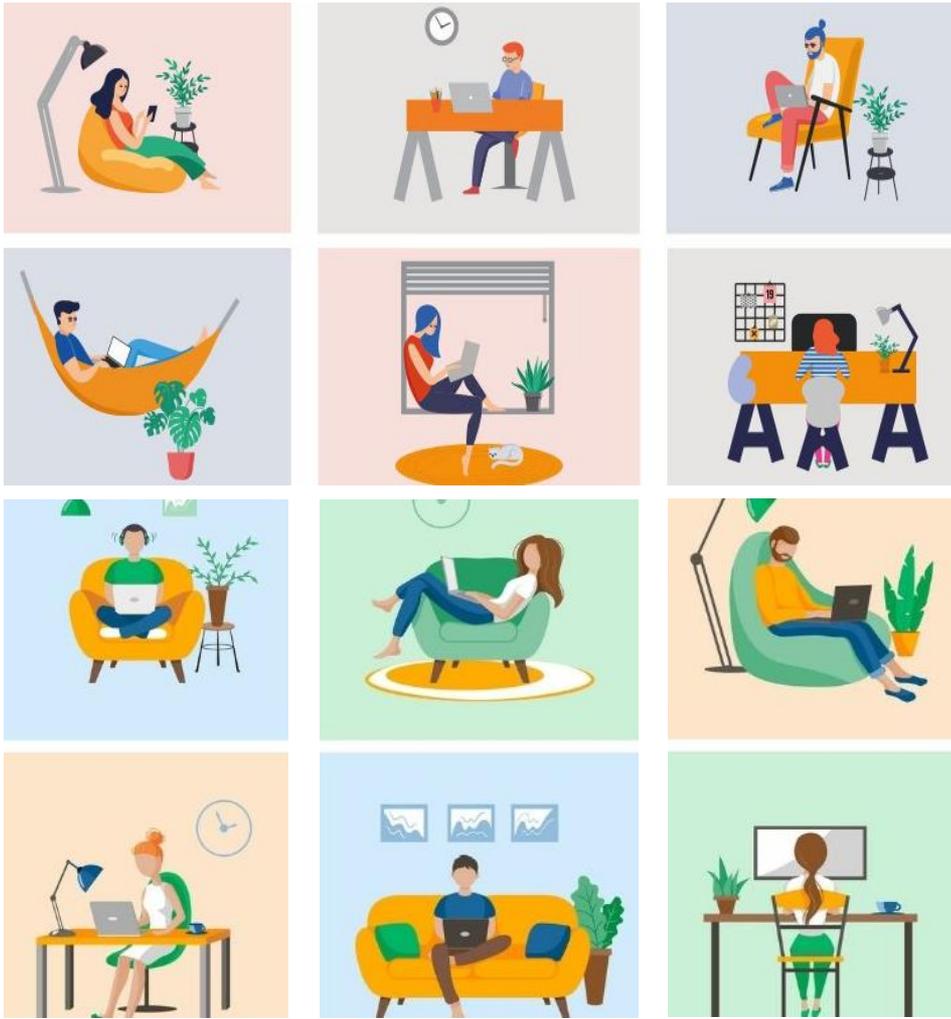


**Figura 1.** Efectos de la exposición a carga física i visual en España. 2015.

1. ¿Cuántas horas semanales se trabaja con pantallas de visualización de datos?
2. ¿Cuántas horas en la UPF? ¿Con qué equipo?
3. ¿Cuántas horas en casa? ¿Con qué equipo?
4. ¿Cuántas horas “in itinere”? ¿Con qué equipo?
5. En casa, ¿dónde y cómo se utiliza el equipo?



## 4-5. ¿Dónde y cómo se utiliza el equipo?





# Características

del teletrabajo en la UPF



Sistema mixto que combina el trabajo presencial y el no presencial

## Requisitos



- Ocupar un puesto de trabajo con tareas compatibles con el teletrabajo (mínimo 1 año).
- Estar en disposición de habilitar una zona de trabajo específica en el lugar de teletrabajo elegido.
- Acogerse voluntariamente a trabajar los días acordados desde el lugar de teletrabajo elegido.
- Comprometerse a respetar y cumplir la legislación y medidas preventivas de aplicación.
- Superar la acción formativa específica.
- Conseguir una evaluación favorable del puesto de teletrabajo y la autorización del plan personal de trabajo.



# Programa de control

de los factores de riesgo derivados de las condiciones de ordenación

## Plan de Vigilancia de los Factores de Riesgo y de Acción Preventiva para la mejora de las Condiciones de Trabajo (4 programas y 9 proyectos):

1. Control de los factores de riesgo derivados de las condiciones estructurales
  - *Acceso y permanencia en los lugares de trabajo*
  - *Utilización de equipos de trabajo*

**Trienal**
2. Control de los factores de riesgo derivados de las condiciones ambientales
  - *Utilización de agentes químicos*
  - *Utilización de agentes biológicos*
  - *Utilización de agentes físicos*

**Anual**  
**Anual**  
**Anual/Trienal**
3. Control de los factores de riesgo derivados de las condiciones de organización
4. Control de los factores de riesgo derivados de las condiciones de ordenación
  - *Demanda física*
  - *Demanda visual*
  - *Demanda mental*
  - *Confortabilidad del espacio de trabajo*

**Cuatrienal**  
**Cuatrienal**  
**Cuatrienal**  
**Cuatrienal**



# Programa de control

de los factores de riesgo derivados de las condiciones de ordenación

Objectius específics	Actuacions, processos o objectius operatius	Activitats o accions operatives
Identificar i fer seguiment de les condicions de treball que poden comportar fatiga física (C3.2.OE4.1) <i>Projecte "Control dels factors de risc de demanda física"</i>	Avaluar qualitativament l'exposició derivada de les característiques, utilització i manteniment dels equips de treball (C3.2.OO4.1.1)	Fer estudis periòdics d'opinió sobre els aspectes individuals i estructurals de l'espai equip de treball que influeixen en l'esforç muscular estàtic (C3.2.AO4.1.1.1)
Identificar i fer seguiment de les condicions de treball que poden comportar fatiga visual (C3.2.OE4.2) <i>Projecte "Control dels factors de risc de demanda visual"</i>	Avaluar quantitativament l'exposició derivada de les condicions d'il·luminació del entorn de treball (C3.2.OO4.2.1)	Fer controls, mitjançant mostrejos representatius i aleatoris amb instruments de lectura directa, del nivell d'il·luminació a l'espai de treball (C3.2.AO4.2.1.1)
	Avaluar qualitativament l'exposició derivada dels requeriments visuals de la tasca (C3.2.OO4.2.2)	Fer estudis periòdics d'opinió sobre l'equip i els aspectes ambientals de l'espai treball que influeixen en la confortabilitat lumínica (C3.2.AO4.2.2.1)
Identificar i fer seguiment de les condicions de treball que poden comportar fatiga mental (C3.2.OE4.3) <i>Projecte "Control dels factors de risc de demanda mental"</i>	Avaluar qualitativament l'exposició derivada dels requeriments mentals, cognitius i intel·lectuals de la tasca (C3.2.OO4.3.2)	Fer estudis periòdics d'opinió sobre els aspectes cognitius de la tasca que influeixen en la demanda mental i la confortabilitat sonora (C3.2.AO4.3.2.1)
Identificar i fer seguiment de les condicions de confortabilitat física i mental de l'entorn de treball (C3.2.OE4.4) <i>Projecte "Control de la confortabilitat de l'espai de treball"</i>	Avaluar quantitativament l'exposició derivada de les condicions ambientals als espais de treball (C3.2.OO4.4.1)	Fer controls, mitjançant mostrejos representatius i aleatoris amb instruments de lectura directa, de les condicions termohigromètriques a l'entorn de treball (temperatura i humitat relativa de l'aire) (C3.2.AO4.4.1.1)
		Fer controls, mitjançant mostrejos representatius i aleatoris amb instruments de lectura directa, de les condicions de ventilació a l'entorn de treball (velocitat de l'aire i nivell de CO <sub>2</sub> ) (C3.2.AO4.4.1.2)
	Avaluar qualitativament l'exposició derivada de les condicions ambientals a l'entorn de treball (C3.2.OO4.4.2)	Fer visites ergonòmiques per a la inspecció ocular i verificació de la correcta ubicació dels equips de treball en relació a les variables ambientals (C3.2.AO4.4.2.1)

Fuente: UPF. Oficina de Prevención de Riesgos Laborales y de Promoción de la Salud.

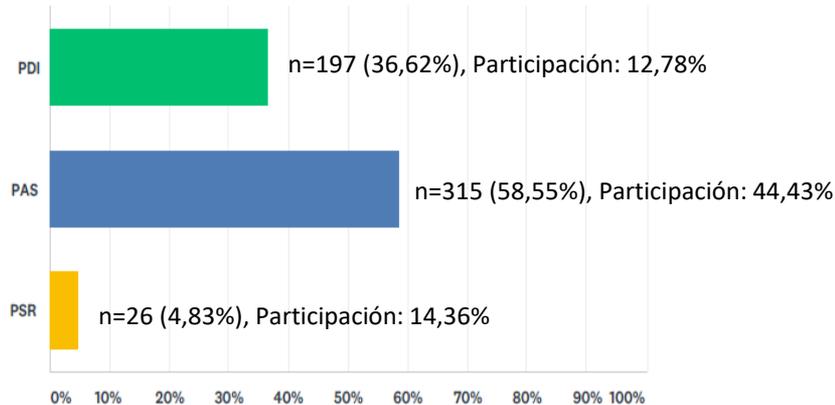
**Tabla 1.** Objetivos y actividades del Programa de control. Trabajo presencial

# Evaluación de riesgos

## de los puestos de trabajo presenciales: exposición

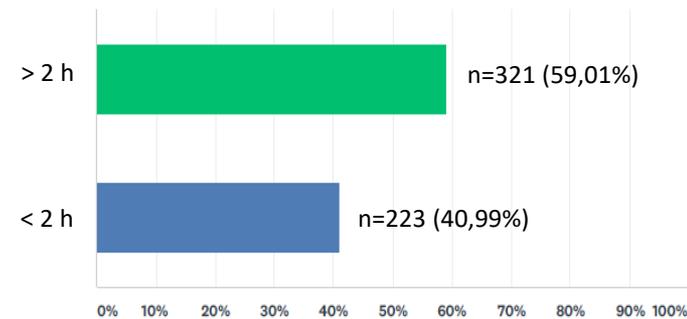
### Participación

(n=540, 22,04% de la plantilla)



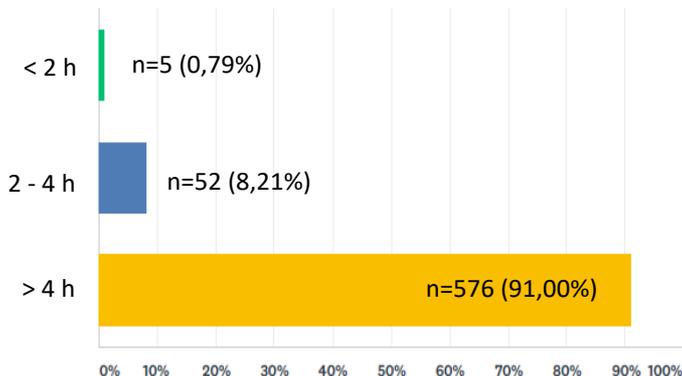
### Exposición diaria

fuera de la Universidad (n=544)



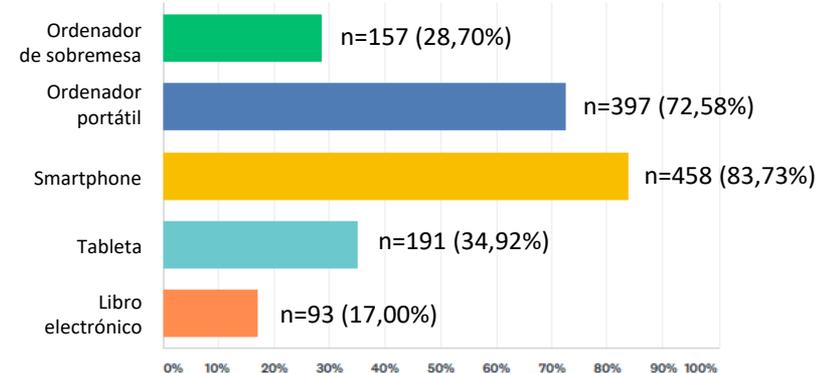
### Exposición diaria

en la Universidad (n=633)



### Tipo de dispositivo utilizado

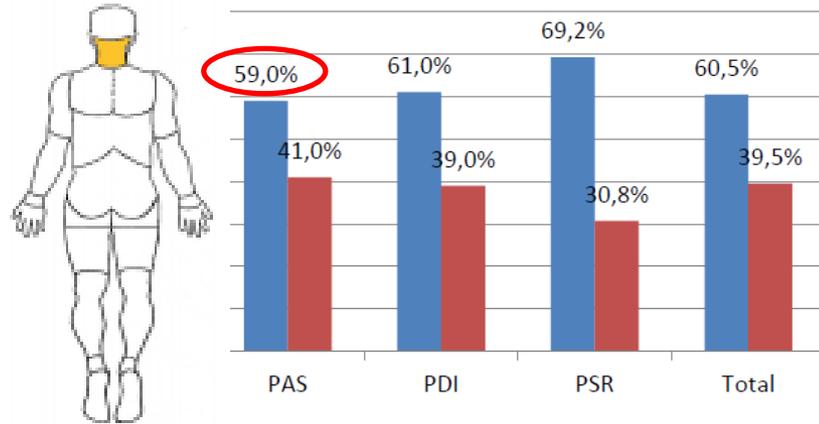
fuera de la Universidad (n=547)



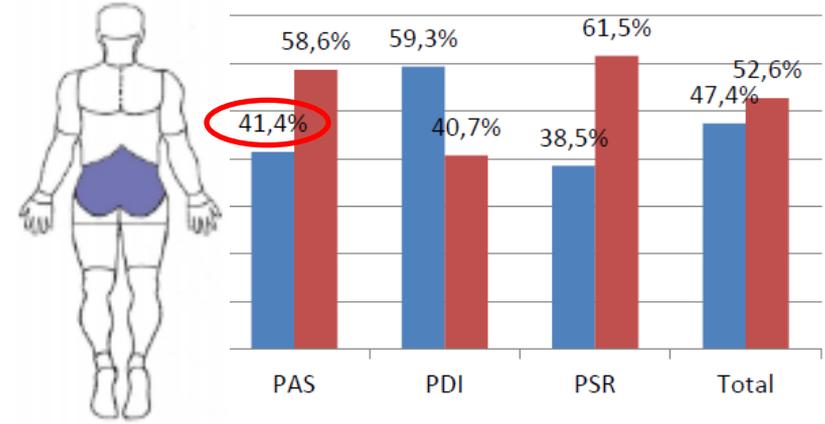
**Figura 3.** Extracto de las condiciones de exposición referidas por la plantilla de la UPF. 2019.

# Evaluación de riesgos

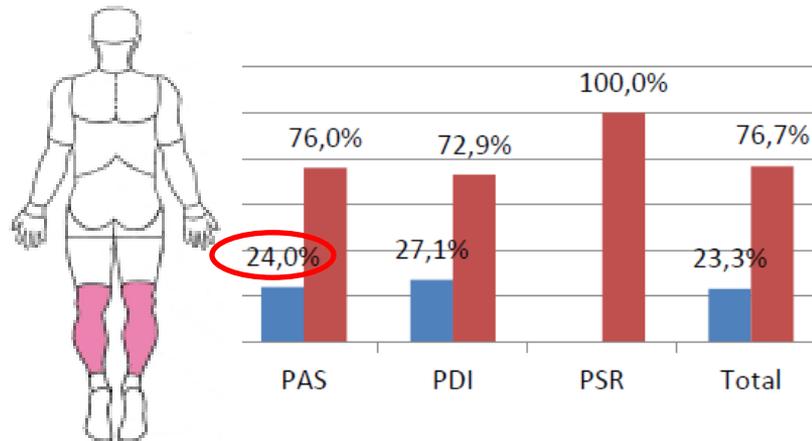
de los puestos de trabajo presenciales: efectos sobre la salud



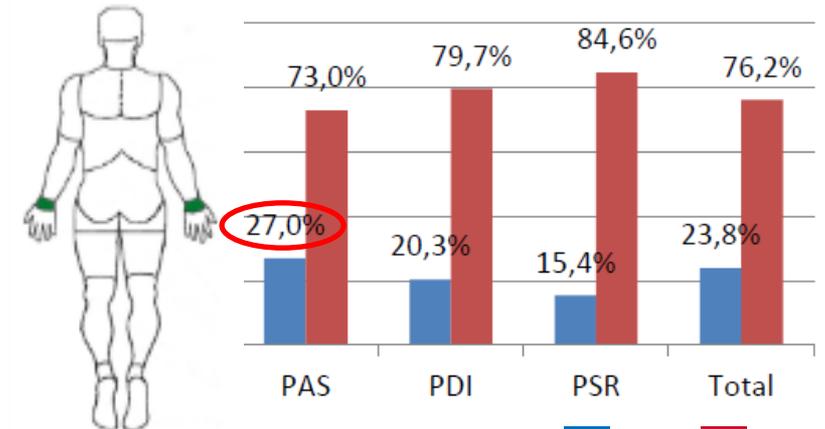
ENCT 2015: 40-40%



ENCT 2015: 40-42%



ENCT 2015: 22-24%

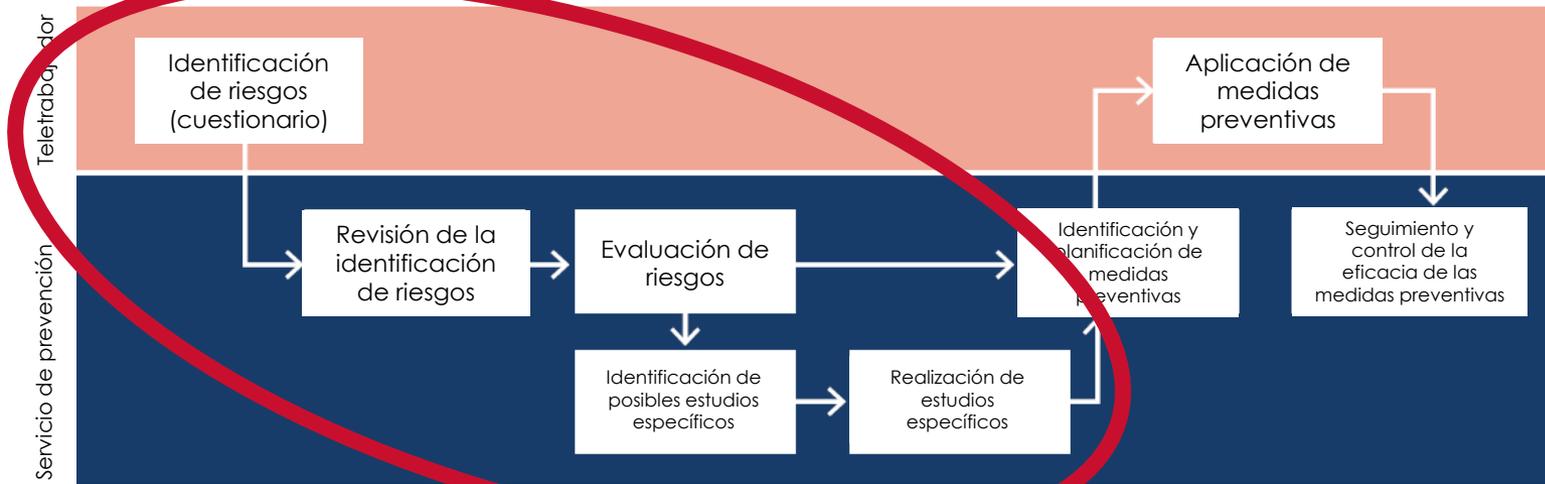


■ Sí ■ No

**Fuente:** Informe de evaluación periódica de las condiciones ergonómicas de trabajo en la UPF con pantallas de visualización de datos (PVD). UPF. Oficina de Prevención de Riesgos Laborales i de Promoción de la Salud. 2021.

**Figura 4.** Trastornos musculoesqueléticos referidos por la plantilla de la UPF. 2019.

# Identificación y evaluación de riesgos en el teletrabajo



Universitat  
Pompeu Fabra  
Barcelona

Oficina de Prevenció  
de Riscos Laborals  
i de Promoció de la Salut





# Identificación y evaluación

procedimiento operativo para proteger la salud en el teletrabajo



**Universitat  
Pompeu Fabra**  
Barcelona

Oficina de Prevenció  
de Riscos Laborals  
i de Promoció de la Salut

## Pla de Prevenció de Riscos Laborals

Volum II:

Processos del sistema

Secció I:

Identificació i seguiment dels factors de risc laboral

Procediment operatiu:

Protegir la salut en el teletreball  
(Referència: PO-S1/TD/01/2022)

Versió 01, redacció inicial

*El dissenya i redacta:*  
Oficina de Prevenció de Riscos  
Laborals i de Promoció de la Salut

*L'informa favorablement:*  
Comitè  
de Seguretat i Salut en el Treball

*L'aprova:*  
Gerència

 **Universitat  
Pompeu Fabra**  
Barcelona  
Oficina de Prevenció  
de Riscos Laborals i de Promoció de la Salut  
**Sergi J. J. J. J.**  
Cap  
26 de novembre del 2021

Ho certifica:  
Ester Oliveras Sobrevas  
Presidenta del Comitè  
15 de desembre del 2021

Jaume Badia Pujol  
Gerent i membre del  
Consell de Direcció  
16 de desembre del 2021

*El revisa:*  
Vicegerència de l'Àrea de  
Recursos Humans i Organització

Amb el vist i plau de:

Rosa Ma. Pujante i Mitjavila  
Vicegerent  
3 de desembre del 2021

Juli Amores Cervera  
Representant els delegats de prevenció  
15 de desembre del 2021



Universitat  
Pompeu Fabra  
Barcelona

Oficina de Prevenció  
de Riscos Laborals  
i de Promoció de la Salut

Proteger la salut en el teletrabajo  
Procedimiento Operativo

## ÍNDICE

Hoja de revisiones y actualizaciones	2
Preámbulo	3
Índice	6
1. Objeto	7
2. Àmbito de aplicació	7
3. Definiciones	7
4. Responsabilidades	9
4.1. Órganos de ámbito general	10
4.2. Órganos de ámbito específico	10
5. Desarrollo	11
5.1. Información y formación	11
5.2. Evaluación de riesgos	13
5.2.1. Contenidos	13
5.2.2. Metodología	13
5.3. Suspensión de la actividad de teletrabajo	15
6. Registros	16
7. Anexos	17
8. Referencias	19



1. Ubicación del puesto de trabajo.
2. Procedimiento a seguir (RD 39/1997).
3. Necesidad de considerar aspectos inherentes a la persona teletrabajadora (Ley 31/1995).
4. Se descarta la autoevaluación.
5. La evaluación no se puede asumir por cualquier persona (RD 39/1997):

- **Evaluación elemental de riesgos:**

- Función preventiva de nivel básico.
- Si precisa de estrategia de muestreo o aplicación no mecánica de los criterios de evaluación:
  - Función preventiva de nivel superior.

## Situación ordinaria:



1. Recogida de datos mediante 2 cuestionarios *Google Forms* autocumplimentados:
  1. Previo al inicio del teletrabajo y después de haber superado la acción formativa.
    - Valora los aspectos estructurales y ambientales del puesto de teletrabajo.
  2. Después de haber iniciado el teletrabajo.
    - Valora los aspectos de organización y ordenación del trabajo.
2. Evaluación individualizada a partir de los datos facilitados (NBPRL).



Los factores de riesgo derivados de:

- ✓ La zona de trabajo habilitada (entorno)
  - ✓ El equipo de trabajo (TIC incluidas)
  - ✓ Las características de las tareas
  - ✓ La organización y gestión del trabajo
    - *Características estructurales y confortabilidad del puesto de trabajo*
    - *Demanda física*
    - *Demanda visual*
    - *Demanda mental*
    - *Demanda psicosocial*
- 
- ❖ RD 486/1997 de lugares de trabajo
  - ❖ RD 488/1997 de equipos con PVD
  - ❖ Ley 10/2021 de trabajo a distancia



## Situación ordinaria:



## Factores ergonómicos y de seguridad:

- Equipo de trabajo.
- Zona habilitada de trabajo.
- Postura de trabajo.

## Factores tecnológicos:

- Utilización simultánea de diferentes dispositivos.
- Uso de los canales y plataformas de comunicación.
- Adecuación de la programática al teletrabajo.
- Adecuación de la formación y la información.

## Factores individuales:

- Recursos para la ejecución de la actividad laboral en una nueva modalidad de organización.

## Situación ordinaria:

### Factores psicosociales y organizacionales:

- Contenido del trabajo.
- Carga y ritmo de trabajo.
- Tiempo de trabajo.
- Participación y control.
- Posibilidad de aislamiento personal y pérdida de integración en la organización.
- Afectación sobre el conocimiento e identificación con su rol en la organización.
- Impacto sobre la calidad de las relaciones sociales.
- Impacto sobre la interacción casa-trabajo.



## Situaciones especiales:



1. Elevado número de disconformidades en el primer cuestionario; o
2. Establecimiento de una estrategia de muestreo o aplicación no mecánica de los criterios de evaluación
  - Visita presencial TSPRL, o
  - Conexión en remoto TSPRL

Objetivo: comprobar y evidenciar las condiciones de trabajo existentes.

3. Ubicación en una oficina compartida o espacios de *coworking*: estudio individualizado del caso.

# Gracias por su atención



**Sergi Jarque i Salas**



**Universitat  
Pompeu Fabra  
Barcelona**

**Oficina de Prevenció  
de Riscos Laborals  
i de Promoció de la Salut**

**Àrea de Recursos Humanos y Organización**

**/Jefe de la Oficina de Prevención de Riesgos Laborales  
y de Promoción de la salud/**

**Edificio del rectorado  
Plaza de la Mercè, 10-12 | 08003 Barcelona  
[Tel.] +34 93 542 2948  
[sergi.jarque@upf.edu](mailto:sergi.jarque@upf.edu)**

- Instituto de Biomecánica de Valencia (IBV). Guía de ergonomía para el trabajo a distancia. 2022.
- Muros A. Riesgos laborales en el teletrabajo y medidas preventivas adecuadas: luces y sombras. Trabajo y Derecho. 2021; (81): secció estudis.
  - Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Teletrabajo: criterios para su integración en el sistema de gestión de la seguridad y salud en el trabajo. Nota Tècnica de Prevenció 1165. Any 2021.
  - Llei 10/2021, de 9 de juliol, de treball a distancia. BOE, 164, de 10 de juliol.
  - Comissió negociadora del teletreball del PAS delegada de la Mesa d'Universitats Públiques de Catalunya. Acord marc per al desenvolupament del teletreball del personal d'administració i serveis a les Universitats Públiques de Catalunya [mimeo]. Barcelona: Mesa d'Universitats Públiques de Catalunya; 16 de juny del 2021.
  - Reial Decret llei 29/2020, de 29 de setembre, de mesures urgents en matèria de teletreball a les administracions públiques i de recursos humans al Sistema Nacional de Salut per fer front a la crisi sanitària ocasionada per la covid-19. BOE, 259, de 30 de setembre.
  - Decret 77/2020, de 4 d'agost, que regula la prestació de serveis en la modalitat de teletreball per al personal al servei de l'Administració de la Generalitat de Catalunya i els seus organismes autònoms. DOGC, 8195, de 6 d'agost.
  - Reial Decret 488/1997, de 14 d'abril, sobre disposicions mínimes de seguretat i salut relatives al treball amb equips que inclouen pantalles de visualització. BOE, 97, de 23 d'abril.
  - Reial Decret 486/1997, de 14 d'abril, pel qual s'estableixen les disposicions mínimes de seguretat i salut als espais de treball. BOE, 97, de 23 d'abril.
  - Reial Decret 39/1997, de 17 de gener, pel qual s'aprova el Reglament dels Serveis de Prevenció. BOE, 27, de 31 de gener.
  - Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo. Teletrabajo: criterios para su implantación. Nota Tècnica de Prevenció 412. Any 1996.
  - Llei 31/1995, de 8 de novembre, de prevenció de riscos laborals. BOE, 269, de 10 de novembre.



**Universitat  
Pompeu Fabra**  
*Barcelona*