



conoce tus **derechos** en salud laboral  
derechos básicos en prevención de riesgos laborales



[www.ccoomadrid.es](http://www.ccoomadrid.es)

conoce tus derechos en salud laboral  
**derechos básicos en prevención de riesgos laborales**

Edita: CCOO de Madrid  
Elabora: Secretaría de Salud Laboral de CCOO de Madrid

Depósito Legal: M-29046-2013

IV Plan Director en Prevención de Riesgos Laborales de la Comunidad de Madrid (2013-2016)  
Cofinanciado por el Fondo Social Europeo

El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo colabora en esta publicación en el marco del IV Plan Director de Prevención de Riesgos Laborales de la Comunidad de Madrid 2013-2016 y no se hace responsable de los contenidos de la misma ni de las valoraciones e interpretaciones de sus autores. La obra recoge exclusivamente la opinión de su autor como manifestación de su derecho de libertad de expresión.

|                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| Conoce CCOO. ¿Quiénes somos?                                                | 5  |
| ¿Por qué defender nuestra salud?                                            | 6  |
| Condiciones laborales y daños a la salud                                    | 8  |
| Qué dice la ley                                                             | 8  |
| Principios de la acción preventiva                                          | 9  |
| Derechos de los trabajadores                                                | 10 |
| Como trabajador tienes derecho a...                                         | 11 |
| Deber del empresario de garantizar la salud y seguridad de los trabajadores | 13 |
| Como trabajador de una ETT debes saber que:                                 | 13 |
| Como trabajador de una subcontrata debes saber que...                       | 17 |
| Participar es hacer prevención                                              | 17 |
| El delegado de prevención                                                   | 19 |
| Algunas cosas que debes saber sobre las Mutuas                              | 20 |
| Si sufres un accidente de trabajo debes saber...                            | 24 |
| Direcciones de interés                                                      | 28 |





### Conoce CCOO. ¿Quiénes somos?

Comisiones Obreras (CCOO) es un sindicato de clase y sociopolítico implicado en la realidad económica, social y política de la Comunidad de Madrid, formado por hombres y mujeres que de forma voluntaria y solidaria nos afiliamos para defender nuestros intereses de clase y para conseguir una sociedad más justa, democrática y participativa.

CCOO es un sindicato reivindicativo, que lucha por mejorar las condiciones laborales, luchando no sólo por la cantidad, sino también por la calidad del empleo, vinculando además condiciones de trabajo con condiciones de salud y seguridad. Es decir, vinculando empleo con plenitud de derechos.

Además de reivindicar la mejora de las condiciones de trabajo y de vida, asume la defensa de todo aquello que nos afecta como trabajadoras y trabajadores, dentro y fuera de la empresa.

CCOO además de respaldarte en tu trabajo y en tus derechos laborales defiende ante la Administración General del Estado, las administraciones locales y autonómicas, mejoras en la calidad de vida, en los servicios públicos, la sanidad, la educación, el medio ambiente, etcétera.

Es un sindicato de hombres y mujeres que tiene entre sus principios impulsar y desarrollar la igualdad de oportunidades y combatir la discriminación por razón de sexo en las relaciones laborales y en las condiciones de trabajo.

Es además un sindicato plural, al servicio de todos los trabajadores y trabajadoras, internacionalista, pluriétnico y multicultural, solidario con todos los pueblos del mundo, que apoya la lucha por las libertades democráticas y promueve los valores como el respeto, la tolerancia y la convivencia entre los miembros de las distintas etnias y pueblos.



Se estructura en Federaciones, según la actividad o sector al que pertenece la empresa, y Uniones, según el territorio donde se ubica el centro de trabajo.

### ¿Por qué defender nuestra salud?

El trabajo es una parte importante de nuestras vidas, en él pasamos aproximadamente un tercio del día. Las condiciones en que éste se realiza influyen de manera significativa en nuestra salud. Podemos afirmar que el trabajo en sí mismo no es neutral desde el punto de vista de la salud; puede ser nocivo o puede ser un promotor privilegiado de salud. La actividad laboral conlleva la exposición a factores de riesgo muy diversos, con efectos inmediatos y diferidos sobre la salud y el bienestar del trabajador. Las lesiones del trabajo, los problemas osteomusculares, las alergias, el envejecimiento precoz o el cáncer son ejemplos de alteraciones cuyas causas se pueden encontrar en las condiciones de trabajo, situaciones que generan, además, repercusiones muy importantes en la vida personal y familiar.

Existe todo un entramado de normas que reconocen el derecho a que se proteja la salud en el trabajo y la obligación de los empresarios de ofrecer un trabajo sin riesgos y con los medios para evitar que la salud se deteriore.

El artículo 40.2 de la Constitución Española encomienda a los poderes públicos velar por la seguridad e higiene en el trabajo. El Estatuto de los Trabajadores, en su artículo 4, define que todo trabajador tiene derecho a su integridad física y a una adecuada política de seguridad e higiene. La Ley de Prevención de Riesgos Laborales tiene por objeto establecer el marco normativo para garantizar un adecuado nivel de protección de los trabajadores frente a los riesgos derivados de las condiciones de su trabajo.

Sin embargo, el trabajo sigue siendo fuente de siniestralidad y enfermedad. Más aún ahora, en esta época de crisis económica que venimos padeciendo y que está teniendo una influencia muy negativa sobre las condiciones de trabajo, en general, y de las condiciones de salud laboral, en particular.

Existen empresas que se están escudando en la crisis para incumplir sus obligaciones en prevención de riesgos laborales y, además, las últimas reformas laborales han otorgado un mayor poder a los empresarios. Por otra parte, muchos trabajadores tienen miedo a perder el empleo y tienen menos capacidad para reivindicar sus derechos tras las reformas, lo que les está llevando a aceptar peores condiciones laborales e, incluso, incumplimientos normativos, que llegan a la desregulación total de las condiciones laborales.

### **El trabajo es fuente de siniestralidad y enfermedad, sobre todo en épocas de crisis**

La crisis económica lleva a un gran número de trabajadores a enfermar o a accidentarse como consecuencia de un empeoramiento de las condiciones de trabajo y también de las grandes tensiones acumuladas ante la perspectiva del paro y la falta de empleo. Así, en innumerables ocasiones la situación actual ejerce una presión tremenda sobre los trabajadores que, aún teniendo derechos, no tienen condiciones para exigirlos. El miedo a perder el empleo se convierte en una gran amenaza en todos los sentidos e influye de manera determinante en aceptar condiciones de trabajo poco saludables o asumir riesgos prevenibles.

Se produce, además un importante incremento de la carga de trabajo (física y psíquica) que sufre el propio trabajador y su entorno familiar y social, así como un aumento en la exposición a factores de riesgo que pueden producir daños a la salud.



### Condiciones laborales y daños a la salud

Las condiciones en que se realiza el trabajo pueden provocar daños a la salud de los trabajadores y trabajadoras. Los accidentes de trabajo son la parte más visible del daño laboral. Tan visible que llegan a ocultar otros problemas que, a veces, son incluso más graves y que también son consecuencia del trabajo, como las enfermedades profesionales y las “enfermedades relacionadas con el trabajo”.

Las enfermedades profesionales (aquellas reconocidas por ley) representan una parte importante del daño a la salud. Aunque pueden pasar inadvertidas, ya que en muchos casos el periodo de tiempo que pasa desde que un trabajador expuesto a un determinado riesgo (por ejemplo, el ruido) hasta que se desarrolla la enfermedad (en el caso del ruido la sordera profesional) es muy largo; tanto que, en general, el trabajador enferma pasados muchos años.

### Qué dice la ley

El objetivo de la ley es “proteger la seguridad y salud de los trabajadores mediante la aplicación de medidas y el desarrollo de actividades necesarias para la prevención de riesgos derivados del trabajo” (art. 2.1, Ley de Prevención de Riesgos Laborales). Y para ello:

- Establece que el empresario **está obligado a proteger a los trabajadores** frente a los riesgos laborales presentes en su lugar de trabajo.
- Define cómo debe **integrarse la actividad preventiva en la gestión general** de la empresa, teniendo para ello varias opciones: contratar con otras entidades especializadas la realización de las actividades preventivas (evaluación de riesgos, vigilancia de la salud, entre otras), designar uno o

varios trabajadores, constituir un servicio de prevención propio o asumirlos personalmente, si la ley se lo permite.

- Establece que **se deben conocer los riesgos a fin de poder evitarlos**, fijando para ello dos obligaciones fundamentales: la evaluación de riesgos y la planificación de la actividad preventiva. Esto se traduce en la obligación de todas las empresas de hacer una evaluación de riesgos donde se identifiquen y evalúen los riesgos que no se puedan evitar y las medidas preventivas que la empresa tiene que adoptar para reducir estos riesgos y evitar los daños en los trabajadores expuestos, debiendo planificar las actuaciones preventivas conforme a un orden de prioridades en función de su magnitud y número de trabajadores expuestos. Otra de las principales obligaciones es la formación de los trabajadores y trabajadoras como elemento clave para el conocimiento de los riesgos.
- Reconoce el **derecho de los trabajadores a participar** en la actuación preventiva para colaborar con el empresario en la mejora de las condiciones de trabajo.

## Principios de la acción preventiva

El empresario, en su deber de garantizar la protección de los trabajadores, deberá aplicar los siguientes principios (Artículo 15 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales):

- 1. Evitar los riesgos y combatirlos en su origen.** Si se evita el riesgo en el origen, éste desaparece, y con ello el problema.
- 2. Evaluar los riesgos que no se puedan evitar.** Si pese a intentar eliminar el riesgo éste no desaparece hay que evaluarlo para establecer las medidas preventivas que minimicen los posibles daños a la salud.



## conoce tus derechos en salud laboral

**3. Adaptar el trabajo a la persona.** Esto implica que el empresario debe tener en cuenta las condiciones “biológicas” del trabajador, es decir, si se trata de un trabajador joven, una mujer embarazada o en periodo de lactancia, un trabajador con una especial sensibilidad a determinados riesgos (una alergia, una disminución de visión, una limitación de movilidad, etc.)

**4. Tener en cuenta la evolución de la técnica y sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro.**

**5. Planificar la prevención.**

**6. Adoptar medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.** Es decir, si hablamos de ruido, dar prioridad a la reducción del ruido que provoca la máquina y que se propaga por la nave en lugar de proporcionar como primera medida protectores auditivos al trabajador.

**7. Dar las debidas instrucciones a los trabajadores.** El empresario está obligado a informar y formar a los trabajadores y las trabajadoras sobre los riesgos específicos de su puesto de trabajo y las medidas preventivas que pone a su disposición para evitarlos y/o reducirlos.

## Derechos de los trabajadores

Como ya hemos comentado anteriormente, como trabajadores tenéis derecho a una protección eficaz de vuestra salud en el trabajo. La ley concreta este derecho fundamental en unos derechos adicionales que posibilitan que se puedan emprender acciones individuales y colectivas de autoprotección, garantizando vuestra participación como trabajadores en todas las cuestiones que afecten a la salud y seguridad en el trabajo. Estos derechos no deben verse afectados por la presión de la crisis económica ni por el ánimo de lucro de los empresarios.

Todos los trabajadores son titulares del derecho a la salud con independencia del tipo de contrato, de la edad, del sexo, de la categoría profesional, de la nacionalidad, del tamaño de la empresa...

### Como trabajador tienes derecho a...

- **Una protección eficaz** en materia de seguridad y salud frente a los riesgos laborales.
- **Ser informado** sobre los riesgos de tu puesto de trabajo, medidas de protección y prevención aplicables y sobre los planes de emergencia.
- **Recibir formación** teórica y práctica, centrada específicamente en los riesgos de tu puesto de trabajo y que se deberá impartir tanto en el momento de tu contratación como cuando se produzcan cambios en las funciones o en los equipos de trabajo. Esta formación deberá ser periódica para evitar la relajación y caer en comportamientos rutinarios.

*Ten en cuenta que la formación no es un folleto*

- **Consultar y participar** en la empresa en las cuestiones relacionadas con la prevención de riesgos en el trabajo, formulando propuestas concretas al empresario, al comité de seguridad y salud o a los delegados de prevención. Si la empresa cuenta con representantes de los trabajadores, la participación se ejerce fundamentalmente a través de los delegados de prevención.



## conoce tus derechos en salud laboral

- **La vigilancia de tu salud**, específica y ajustada a los riesgos presentes en tu trabajo, de forma periódica y confidencial. Será una obligación para la empresa ofrecerte la posibilidad de realizar las pruebas médicas que constituyen la vigilancia de la salud, si bien es un derecho para ti y, por tanto, renunciable (solo será obligatorio en determinadas situaciones en las que tu trabajo pueda poner en peligro tu salud y la de terceros, o cuando exista una norma específica). No obstante, una vigilancia de la salud adecuada siempre es un valioso derecho para el trabajador.
- **Denuncia**: derecho a acudir ante la Inspección de Trabajo para denunciar los incumplimientos en materia de seguridad y salud.
- **Resistencia**: derecho a interrumpir la actividad, cuando consideres que existe un riesgo grave e inminente que ponga en serio peligro tu salud o tu vida (art. 21 de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales).

Además, como trabajador tienes el correspondiente **deber de colaborar** en el cumplimiento de las medidas de seguridad, con la finalidad de garantizar tu propia salud y la de tus compañeros. Así como sin tu participación es difícil abordar la prevención de forma eficaz, sin tu colaboración es imposible llevar a la práctica las medidas preventivas. Como trabajador debes velar por el cumplimiento de las medidas de prevención que se adopten, tienes que usar adecuadamente y conforme a las instrucciones recibidas las máquinas, aparatos, herramientas, sustancias peligrosas, equipos de transporte..., utilizar correctamente los medios y equipos de protección y los dispositivos de seguridad existentes, informar de inmediato a la persona responsable acerca de cualquier situación que pueda suponer un riesgo para la seguridad y salud y contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por las autoridades competentes.

### Deber del empresario de garantizar la salud y seguridad de los trabajadores

El empresario tiene como obligación proporcionar al trabajador una protección eficaz, que deberá actualizarse de forma permanente.

La correcta prevención deberá integrarse en todas las decisiones empresariales cuidando que de ellas no se deriven daños para la salud de los trabajadores, además de establecer una correcta política de prevención con el apoyo y asesoramiento técnico adecuado, también de los trabajadores.

### El empresario debe:

- **Organizar el trabajo de la manera más sana y segura posible.** Cuando firmas un contrato de trabajo estás acordando cambiar por un salario parte de tu tiempo, pero no de tu salud. El empresario ha de garantizar que sales de tu trabajo tan sano como entraste. Y, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), estar sanos es algo más que no estar enfermos.
- **Proteger y garantizar la seguridad y salud** de los trabajadores a su servicio frente a los riesgos laborales.
- **Planificar la acción preventiva,** priorizando aquellas actividades dirigidas a eliminar o reducir los riesgos de mayor gravedad o que afecten a un mayor número de trabajadores.



## conoce tus derechos en salud laboral

- **Dotar de equipos de protección**, tanto colectivos como individuales.
- **Adoptar las medidas necesarias** para realizar la prevención de los riesgos laborales:
  - La evaluación de riesgos y planificación de la actividad preventiva.
  - Información.
  - Formación.
  - Consulta y participación.
  - Actuación en caso de emergencia y de riesgo grave e inminente.
  - Vigilancia de la salud.
- **Asumir el coste de las medidas preventivas.** La Ley de Prevención establece que el coste de las medidas relativas a la seguridad y la salud en el trabajo no deben recaer en los trabajadores. Eso significa que el coste de los EPI's (Equipos de Protección Individual), por ejemplo, así como del resto de las medidas destinadas a evitar los riesgos en tu puesto y/o a proteger tu salud deben correr a cargo del empresario.
- **Proteger específicamente a determinados colectivos:** los trabajadores especialmente sensibles a determinados riesgos, así como las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia y los trabajadores menores deben ser protegidos de forma específica.

### Si eres un trabajador cedido en misión por una Empresa de Trabajo Temporal (ETT) o eres de una subcontrata

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales exige, en estos casos, que disfrutes del mismo nivel de protección de la salud que las restantes personas de la empresa en la que prestas tus servicios.

La menor integración en la empresa de quienes proceden de una subcontrata o una ETT tiene como consecuencia que accedan con más dificultades a los medios para combatir la inseguridad en el trabajo, a la información o a sus vías de representación. En definitiva, no debe haber trabajadores de primera (empresa principal) y de segunda (subcontrata, ETT...)

### Como trabajador de ETT debes saber que:

**La empresa usuaria** (aquella en la que prestas tu servicio si estás contratado por una ETT). La ETT a la que perteneces deberá proporcionar a la ETT información completa sobre:

1. Los riesgos generales existentes en el centro de trabajo en el que vas a prestar tus servicios y los particulares del puesto que vas a ocupar.
2. Las medidas preventivas a adoptar frente a los riesgos.
3. La formación preventiva que debes poseer como trabajador puesto a disposición.

**La ETT** te proporcionará, antes de que comiences a trabajar, la formación preventiva necesaria, en caso de que no la tengas. También se encargará de la vigilancia de tu estado de salud y de proporcionarte los EPI's (Equipos de Pro-



## conoce tus derechos en salud laboral

tección Individual) adecuados a los riesgos que se prevé estarán presentes en tu puesto de trabajo.

**La empresa usuaria** comprobará, antes de iniciarse la actividad, que la ETT ha cumplido sus obligaciones: si a través de los resultados de un reconocimiento médico cuentas con un estado de salud compatible con el puesto de trabajo que vayas a desempeñar en la empresa usuaria, que posees las cualificaciones y capacidades requeridas para desempeñar las tareas que se te vayan a encomendar cuando empieces a trabajar y que cuentas con la formación preventiva específica de tu puesto de trabajo. Y reiterará la información sobre los riesgos del puesto de trabajo y los riesgos generales de la empresa, sus medidas preventivas, así como las medidas de prevención especiales en situaciones de emergencia. Además, deberá suministrarte de forma gratuita el equipo de protección individual adecuado al puesto de trabajo a desempeñar.

**La empresa usuaria** es responsable de las condiciones de ejecución del trabajo ante posibles incumplimientos de las obligaciones de seguridad e higiene que se produzcan en su centro de trabajo.

**En todo caso, aunque seas un trabajador contratado por una ETT puedes acudir a los delegados de prevención de la empresa usuaria,** si los hubiera, para la tutela de tus derechos en salud laboral.

**Además, es importante tener en cuenta** que no se podrán realizar contratos de puesta a disposición (mediante ETT) para realizar ciertos trabajos más peligrosos como son los trabajos que impliquen la exposición a radiaciones ionizantes –que están presentes en los rayos gamma, materiales radiactivos, rayos X o radiaciones ultravioletas de alta frecuencia-, sustancias o productos cancerígenos y agentes biológicos (bacterias, virus, hongos, protozoos..., que pueden causar una enfermedad grave en el hombre y con riesgo de que se propague a la población).

### Como trabajador de una subcontrata debes saber que:

1. Todas las empresas y trabajadores autónomos que desarrollen su actividad en el mismo centro de trabajo deben colaborar y cooperar en la aplicación de la normativa de prevención de riesgos laborales.
2. Debe existir una información recíproca de los riesgos específicos entre todas las empresas del centro de trabajo, incluida tu empresa. Esta información deberá ser tenida en cuenta en la elaboración de la correspondiente evaluación de riesgos y en la planificación preventiva de cada empresa.
3. Se deben establecer los medios de coordinación para la prevención de riesgos que se estimen oportunos y necesarios teniendo en cuenta el grado de peligrosidad de las actividades, el número de trabajadores y la duración de la concurrencia de actividades.
4. La empresa principal debe vigilar que las empresas contratadas o subcontratadas cumplen con la normativa referente a la prevención de riesgos laborales.

**En todo caso, aunque seas un trabajador de una subcontrata puedes acudir a los delegados de prevención de la empresa usuaria, si los hubiera, para la tutela de tus derechos en salud laboral.**

### Participar es hacer prevención

Prevención significa anticiparse. Actuar antes de que algo suceda con el fin de impedirlo o evitar sus efectos, implica prever con antelación las consecuencias negativas de una situación y actuar para cambiarla.



## conoce tus derechos en salud laboral

Un riesgo es una situación en la que pueden ocurrir cosas indeseadas, y por tanto, la prevención de riesgos no es ni más ni menos que eliminar y/o controlar toda condición de trabajo que pueda suponer un daño para la salud de los trabajadores.

Este control del riesgo no puede hacerse efectivo a espaldas de los trabajadores; es necesaria la puesta en práctica de fórmulas de participación en todos los momentos de la actuación preventiva, desde la identificación de riesgos a las propuestas de prevención y la evaluación de su resultado.

Los trabajadores son los que más tienen que decir sobre su salud y sus condiciones de trabajo, pues son quienes sufren la fatiga, la peligrosidad del puesto que ocupan, los riesgos que experimentan en sí mismos, y por ello quienes mejor pueden hacer un balance global del éxito o fracaso de la prevención. Es muy importante hacer constar que los problemas existen aunque no los contemplen las leyes o no los puedan cuantificar los técnicos.

La salud laboral se construye en un ambiente de trabajo adecuado, con condiciones justas, donde los trabajadores puedan desarrollar su actividad con dignidad y donde sea posible su participación para la mejora de las condiciones de salud y seguridad.

En definitiva, nadie mejor que tú conoce los riesgos de su puesto de trabajo para implantar una prevención real y efectiva en la empresa.

El empresario tiene la obligación de proporcionar al trabajador una protección eficaz, que deberá actualizarse de forma permanente (art. 14 LPRL)

### El delegado de prevención

Los delegados de prevención son los representantes de los trabajadores con funciones específicas en materia de prevención de riesgos en el trabajo.

El delegado de prevención **es el mejor vehículo mediante el que puedes hacer efectiva tu participación.**

**Competencias** del delegado de prevención son:

- Colaborar con la dirección de la empresa en la mejora de la acción preventiva.
- Promover y fomentar la cooperación de los trabajadores en la ejecución de la normativa sobre prevención de riesgos laborales.
- Ser consultados por el empresario, con carácter previo a su puesta en marcha, de las decisiones que afecten a tu trabajo y puedan influir en tu seguridad y tu salud.
- Ejercer una labor de vigilancia y control sobre el cumplimiento de la normativa de prevención de riesgos laborales.

**Los delegados de prevención están facultados para:**

- Acompañar a los técnicos en las evaluaciones de carácter preventivo, así como a los Inspectores de Trabajo y Seguridad Social en las visitas y verificaciones que realicen en los centros de trabajo para comprobar el cumplimiento y aplicación de la normativa sobre prevención de riesgos laborales.
- Tener acceso a la información y documentación relativa a las condiciones de trabajo que sean necesarias para el ejercicio de sus funciones.





## conoce tus derechos en salud laboral

- Ser informados por el empresario sobre los daños producidos en la salud de los trabajadores una vez que aquél hubiese tenido conocimiento de ellos.
- Recibir del empresario las informaciones obtenidas por él, procedentes de las personas u órganos encargados de las actividades de protección y prevención en la empresa, así como de los organismos competentes para la seguridad y la salud de los trabajadores.
- Visitar los lugares de trabajo para ejercer una labor de vigilancia y control del estado de las condiciones de trabajo.
- Recabar del empresario la adopción de medidas de carácter preventivo y para la mejora de los niveles de protección de la seguridad y la salud de los trabajadores, pudiendo a tal fin efectuar propuestas al empresario, así como al comité de seguridad y salud para su discusión en el mismo.
- Proponer al órgano de representación de los trabajadores la adopción del acuerdo de paralización de actividades ante un riesgo grave e inminente (art. 21.3 LPRL).

### **Algunas cosas que debes saber sobre las Mutuas de Accidentes de Trabajo y Enfermedades Profesionales (MATEPSS)**

Actualmente las mutuas gestionan prestaciones de Seguridad Social para casi 10 millones de trabajadores y trabajadoras. Esta cobertura no se refiere solo al accidente de trabajo o enfermedad profesional sino que puede abarcar otras prestaciones como la baja por enfermedad común. Además, las mutuas representan la principal oferta de Servicios de Prevención Externos, a través de las Sociedades de Prevención, para las empresas en general y las PYMES en par-

titular. Intervienen de forma directa en todo lo relacionado con la prevención de riesgos laborales y con la seguridad y salud de los trabajadores; siendo en el campo de la prevención dónde deben centrar sus esfuerzos, además de fomentar la actuación responsable e independiente de sus técnicos y demás profesionales.

### ¿Qué son?

Las mutuas son asociaciones de empresarios que colaboran con la seguridad social en la gestión de las contingencias de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales y cuya principal misión es cubrir todas las prestaciones tanto económicas (cobro de la baja) como sanitarias y asistenciales (asistencia médica). En la realización de estas actividades están sometidas a la inspección y control del Ministerio de Empleo y Seguridad Social.

Las mutuas, entre otras actividades, gestionan los Accidentes de Trabajo y las Enfermedades Profesionales, cubren la prestación económica de la Incapacidad Temporal por Contingencias Comunes y a través de las Sociedades de Prevención dan solución al cumplimiento de las obligaciones que los empresarios tienen con relación a la Ley de Prevención de Riesgos Laborales.

La decisión de asociarse a una mutua o a otra corresponde al empresario. No obstante, éste tiene la obligación de consultar a los representantes de los trabajadores (los delegados de prevención), aunque dicha consulta no es vinculante. Quienes reciben el servicio que presta la mutua son los trabajadores; por ello, a través de la negociación colectiva o en los comités de seguridad y salud deben hacer valer su opinión e intentar alcanzar la **codecisión**, es decir, la decisión conjunta o consensuada de la elección de la mutua.



## ¿Qué servicios prestan las MATEPSS?

- **Accidente de trabajo y enfermedad profesional:** se ocupan tanto de la atención médica como de las prestaciones económicas por incapacidad temporal o invalidez, así como de la rehabilitación, en los casos de accidente laboral o enfermedad profesional, en trabajadores por cuenta ajena y por cuenta propia (autónomos), cuando así lo decidan. Existen también otras ayudas económicas para los trabajadores accidentados o enfermos que tengan situaciones de especial necesidad (a fondo perdido y préstamos sin interés)
- **Asesoramiento:** sobre cualquier aspecto relacionado con la seguridad y salud en el trabajo.
- **Gestión de la prestación económica de la Incapacidad Temporal por enfermedad común y accidente no laboral:** las mutuas, a solicitud de la empresa, pueden gestionar la prestación económica de la Incapacidad Temporal por enfermedad común y accidente no laboral.
- **Gestión de la prestación por riesgo durante el embarazo y durante la lactancia natural:** prestación económica que tiene naturaleza de contingencia profesional y que se produce cuando el trabajo supone un riesgo para la trabajadora embarazada, el feto o el lactante y la empresa no puede adaptar y/o cambiar el puesto de trabajo por otro compatible con su estado.
- **Prestación económica por cese de actividad de los trabajadores por cuenta propia (autónomos):** es un sistema específico de protección para los trabajadores autónomos que, pudiendo y queriendo ejercer una actividad económica o profesional a título lucrativo y estando incluidos en los niveles de protección en ella recogidos, hayan tenido que cesar en esa actividad de manera involuntaria.

- **Prestación económica para el cuidado de menores afectados por cáncer u otra enfermedad grave.** Es una prestación económica destinada a los progenitores, adoptantes o acogedores que reducen su jornada de trabajo para el cuidado del menor a su cargo afectado por cáncer u otra grave enfermedad.

### Las Mutuas como Servicios de Prevención

Las Sociedades de Prevención de las mutuas actúan como Servicios de Prevención de todas aquellas empresas que así lo decidan. Las actividades que deben realizar como servicios de prevención son, entre otras, la evaluación de riesgos y la planificación de la prevención, los planes de emergencia y evacuación, la formación de los trabajadores en materia de prevención de riesgos laborales y la vigilancia de la salud.

### Problemas y discrepancias más frecuentes

A menudo te puedes enfrentar a problemas o discrepancias con las mutuas. Algunos de los más comunes pueden ser: que después de haber sufrido un accidente de trabajo no quieran darte la baja y te obliguen a ir al médico de cabecera para que te la proporcione éste; que la mutua te dé el alta y no estés de acuerdo pues consideres que aún no estás recuperado y que tu estado de salud no te permite trabajar; que sufras una recaída después de un accidente de trabajo; que no te quieran dar tu historial médico, que no reconozcan el origen profesional de una enfermedad etcétera.



Si tienes alguno de estos problemas o cualquier otro con la mutua puedes pedir asesoramiento en el Sindicato para intentar solucionarlo.

### Si sufres un accidente de trabajo debes:

- 1. Acudir al centro médico de la mutua** donde la empresa tenga concertadas las contingencias profesionales. No es imprescindible que la empresa te autorice a acudir a la mutua. Ésta está obligada a atenderte, incluso si tu empresa se niega a darte el “volante” para ir a la mutua.
- 2. Si no requieres baja laboral**, te incorporarás al trabajo sin recibir ninguna prestación económica y se te entregará el parte médico como justificante de asistencia.
- 3. Si requieres la baja laboral** se te expedirá el parte médico de baja de incapacidad temporal que acredita y justifica la imposibilidad de trabajar. En el parte aparecerá por escrito el diagnóstico, la descripción de la lesión o patología que motiva la incapacidad y la duración probable del tiempo de baja. Se facilitarán 2 copias, una para la empresa (que se le deberá entregar en menos de 3 días) y otra para ti. El parte de confirmación de baja se deberá entregar a los 7 días de inicio de la incapacidad temporal y cada 7 días.
- 4. Si no fuera posible el desplazamiento**, llamar al 112. En casos graves, si no es posible ir a la mutua, te deben atender en el centro médico más cercano, comunicándolo después a aquélla.

**5. En el caso de accidentes que provoquen la muerte del trabajador**, que sean considerados como graves o muy graves o que afecten a más de 4 trabajadores, el empresario deberá cumplimentar el parte de accidentes y comunicarlo a la Autoridad Laboral en menos de 24 horas.

Además, la empresa tiene la obligación de informar del accidente al delegado de prevención.

Si el trabajador no estuviera de acuerdo con el contenido del parte, debe acudir al delegado de prevención y al Sindicato para interponer denuncia en la Inspección de Trabajo.

### Sabías que...

**Si tienes un accidente de trabajo y éste es resultado de la falta de medidas preventivas por parte del empresario**, la prestación económica que te corresponde como consecuencia del mismo puede verse incrementada, según la gravedad de la infracción en que incurra la empresa, entre el 30 y el 50 por ciento. Este recargo de prestaciones lo paga la empresa como sanción por la falta de medidas preventivas.

En estos casos, consulta con los delegados de prevención o con el Sindicato.

**El tiempo máximo que se puede estar de baja por sufrir un accidente de trabajo** es de 12 meses, prorrogables por otros 6 si se considera que es posible que el trabajador pueda ser dado de alta por curación en esos meses; en total,





## conoce tus derechos en salud laboral

18 meses. En los primeros 12 meses el alta médica tendrá lugar cuando el facultativo de la mutua considere que el trabajador esté en condición de volver al puesto de trabajo; agotado el plazo de duración de 12 meses, el INSS será el único competente para determinar la prórroga expresa de 6 meses más, la iniciación de un expediente de incapacidad permanente o el alta médica.

### Debes saber que...

**El Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo (IRSST)**, como instrumento para la prevención en nuestra Comunidad, tiene entre otras competencias: apoyar y promover actividades desarrolladas por empresarios y trabajadores y sus respectivas organizaciones representativas, en orden a la mejora de las condiciones de seguridad y salud en el trabajo, la reducción de los riesgos laborales, la investigación y fomento de nuevas formas de protección y promoción de estructuras eficaces de prevención.

No estás solo, Comisiones Obreras te ayuda.

**Si después de leer todo lo que te hemos contado tienes dudas o quieres saber más, debes recordar que CCOO tiene abiertas las puertas para atender cualquier tipo de consulta o duda.**

En las sedes de CCOO tienes a tu disposición todo tipo de información sobre los trabajos y servicios que ofrece CCOO a sus afiliados y a los trabajadores. En Madrid la sede principal está ubicada en la calle Lope de Vega, 38.  
**([www.ccoomadrid.es](http://www.ccoomadrid.es))**

Si trabajas en Madrid y necesitas ayuda en materia de salud laboral puedes ponerte en contacto con nosotros

### **Ante cualquier duda, llámanos**

#### **Secretaría de Salud Laboral CCOO-Madrid**

C/ Pedro Unanue, 14

28045 Madrid

Teléfono: 91 536 52 12 (ext. 5212)

E-mail: [slmadrid@usmr.ccoo.es](mailto:slmadrid@usmr.ccoo.es)

[www.saludlaboralmadrid.es](http://www.saludlaboralmadrid.es)



## Direcciones de interés

### Comisiones Obreras de Madrid

Calle Lope de Vega, 38. 28014 Madrid

Tfno: 91 536 52 36/5180

Web: [www.ccoomadrid.es](http://www.ccoomadrid.es)

### Secretaría Salud Laboral

Equipo de Asesoramiento Técnico-Sindical CCOO Madrid

Calle Pedro Unanue 14 (local). 28045 Madrid

Tfno: 91 536 52 12 ext 5212

E-mail: [slmadrid@usmr.ccoo.es](mailto:slmadrid@usmr.ccoo.es)

Web: [saludlaboralmadrid.es](http://saludlaboralmadrid.es)

### Federaciones Regionales

Lope de Vega, 38

Madrid 28014

### Federación de Servicios Privados (FSP)

Tfno: 91 536 53 93

[ogutierrez@usmr.ccoo.es](mailto:ogutierrez@usmr.ccoo.es)

### Agroalimentaria

Tfno: 91 536 51 52

[slaboral.alimentacion@usmr.ccoo.es](mailto:slaboral.alimentacion@usmr.ccoo.es)

### Comercio, Hostelería y Turismo (FECOHT)

Tfno: 91 536 51 47

[evadelape@fecoht.coo.es](mailto:evadelape@fecoht.coo.es)

### Servicios a la Ciudadanía (FSC)

Tfno: 91 536 51 40

tsanjuan@usmr.ccoo.es

### Construcción, Madera y Afines (FECOMA)

Tfno: 91 536 53 78

victorgarcia@fecoma.ccoo.es

### Enseñanza (FREM)

Tfno: 91 536 51 06

rpalazon@usmr.ccoo.es

### Industria

Tfno: 91 536 52 70

rmarquez@industria.ccoo.es

### Servicios Financieros y Administrativos (COMFIA)

Tfno: 91 536 51 92

rarribas@comfia.ccoo.es

### Textil-Piel, Químicas y Afines (FITEQA)

Tfno: 91 536 53 85

epuchau@usmr.ccoo.es

### Sanidad

Tfno: 91 536 51 88

cyela@usmr.ccoo.es



# conoce tus derechos en salud laboral

## Uniones Comarcales

### Henares

Vía Complutense 19, 28807 Alcalá de Henares

Tfno: 91 280 06 56

jcrejano@usmr.ccoo.es

### Sierra de Guadarrama

Pardo Santallana 44, 28400 Villalba

Tfno: 91 850 60 48

jguadarrama@usmr.ccoo.es

### Norte

Avd. Valdelaparra 106, 28100 Alcobendas

Tfno: 91 662 61 08

jvfernandez@usmr.ccoo.es

### Oeste

Badajoz 35, 28931 Móstoles

Tfno: 91 646 05 50

ccoomostoles@usmr.ccoo.es

### Sur

San José de Calasanz 22, 28902 Getafe

Tfno: 91 681 28 59

ccoogetafe@usmr.ccoo.es

### Las Vegas

Carrera de Andalucía 45, 28300 Aranjuez

Tfno: 91 891 40 93

fchaves@usmr.ccoo.es

### **Secretaría Confederal de Salud Laboral y Medio Ambiente de CCOO**

C/ Fernandez de la Hoz, 12. 28010 Madrid

Tfno: 91 702 80 66

Web: [www.ccoo.es](http://www.ccoo.es)

### **Instituto Sindical de Trabajo Ambiente y Salud (ISTAS-CCOO)**

C/General Cabrera, 21. 28020 Madrid

Tfno: 91 449 10 40

Web: [www.istas.net](http://www.istas.net)

### **Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo**

c/ Torrelaguna, 73. 28027 Madrid

Tfno. 91 363 41 00

Web: [www.insht.es](http://www.insht.es)

### **Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo**

Calle Ventura Rodríguez, 7. 28008 Madrid

Tfno: 900 713 123

Web: [www.madrid.org](http://www.madrid.org)

### **Inspección Provincial de Trabajo**

Calle Ramírez de Arellano, 19. 28043 Madrid

Tfno: 91 363 56 00

Web: [www.empleo.gob.es/itss](http://www.empleo.gob.es/itss)





**Equipo de Asesoramiento en Salud Laboral**

**CCOO de Madrid**

C/ Pedro Unanue, 14

Teléfono: 91 536 52 12. Ext: 5212

[slmadrid@usmr.ccoo.es](mailto:slmadrid@usmr.ccoo.es)

[www.saludlaboralmadrid.es](http://www.saludlaboralmadrid.es)