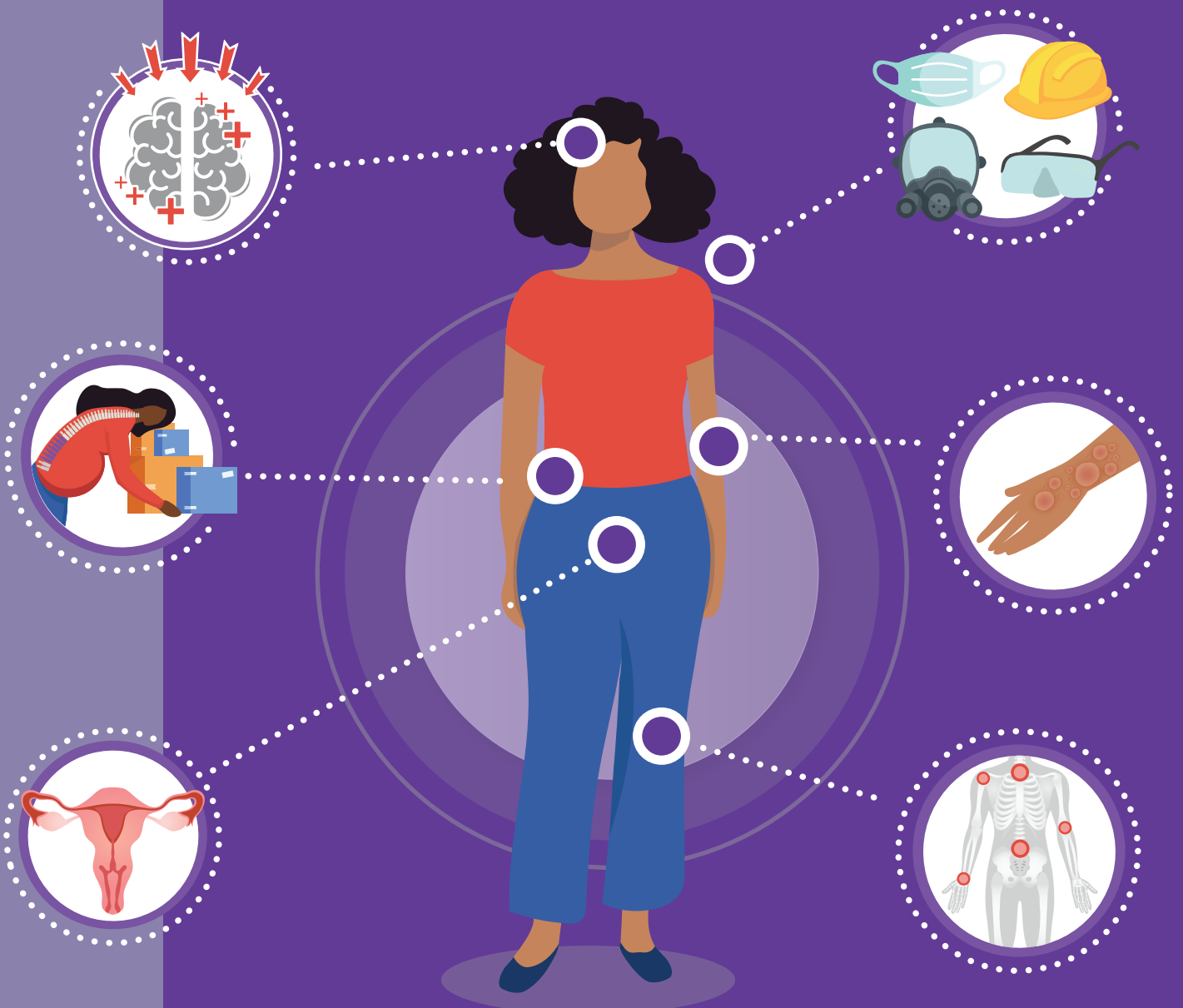


LA NECESIDAD DE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO EN LA SALUD Y LA SEGURIDAD EN EL TRABAJO

GUÍA PRÁCTICA PARA LXS DELEGADXS



CONTENIDO

- ▶ **03** - Introducción.
- ▶ **05** - ¿Es la igualdad un problema de salud y seguridad?
- ▶ **06** - La salud de las mujeres en situación de riesgo.
- ▶ **08** - Actividad 1 / 2
- ▶ **09** - Segregación: hacer visible lo invisible.
- ▶ **10** - Riesgos sanitarios que afectan a las mujeres en el mundo laboral: "Las mujeres llevan la carga".
- ▶ **15** - Actividad 3
- ▶ **16** - El papel de los sindicatos en la integración de la perspectiva de género en la salud y seguridad en el trabajo.
- ▶ **19** - Referencias.



LA NECESIDAD DE
UNA PERSPECTIVA
DE GÉNERO EN
LA SALUD Y LA
SEGURIDAD EN
EL TRABAJO

GUÍA PRÁCTICA
PARA LXS
DELEGADXS

INTRODUCCIÓN

La 110th Conferencia Internacional del Trabajo, celebrada en junio de 2022, **reconoció la salud y la seguridad como uno de los Principios y Derechos Fundamentales en el Trabajo.**

Esta decisión histórica significa que todos los Estados miembros de la OIT se comprometen a respetar y promover el derecho a un entorno de trabajo seguro y saludable, hayan ratificado o no los convenios pertinentes.¹



▶ PRINCIPIOS Y DERECHOS FUNDAMENTALES EN EL TRABAJO DESDE 2022:

- la libertad de asociación y el derecho a la negociación colectiva;
- la eliminación de todas las formas de trabajo forzoso u obligatorio;
- la abolición efectiva del trabajo infantil;
- la eliminación de la discriminación en el empleo y la ocupación; y
- el derecho a un entorno de trabajo seguro y saludable.

Millones de personas trabajadoras mueren cada día a causa de lesiones o enfermedades profesionales. Sin embargo, estas personas experimentan diferentes riesgos y diferentes efectos de estas exposiciones a los peligros. El sexo, la edad, la raza, las condiciones de salud o las deficiencias, además de los roles sociales, y las condiciones de trabajo pueden aumentar la vulnerabilidad de determinados grupos a los accidentes o enfermedades profesionales.

- ▶ **Cada día mueren 7.500 personas** a causa de lesiones y enfermedades profesionales.
- ▶ **El 60% de la población mundial trabaja en la economía informal (como el trabajo doméstico)**, donde los derechos laborales y otras protecciones se respetan poco.
- ▶ Las mujeres tienen un 29% menos de probabilidades de estar empleadas y suelen ocupar los puestos peor pagados y más inseguros, como las trabajadoras temporales, lo que las hace especialmente vulnerables, por su escasa formación y experiencia en medidas de seguridad.

- ▶ **Trabajadores jóvenes:** En la Unión Europea, la frecuencia de **lesiones no mortales es un 40% mayor entre los jóvenes** que entre los trabajadores de más edad.
- ▶ **El 48,2% de las personas trabajadoras migrantes son mujeres y el 21,2% son jóvenes.**
- ▶ La mayoría de los migrantes trabajan en empleos precarios y peligrosos, a menudo en el sector informal o en sectores no regulados.²



40%

60%



LA NECESIDAD DE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO EN LA SALUD Y LA SEGURIDAD EN EL TRABAJO

GUÍA PRÁCTICA PARA LXS DELEGADXS

Por ello, debemos hacer que la diversidad, **incluyendo las diferencias de género en el mundo laboral, sea un factor fundamental a la hora de desarrollar y adoptar medidas, políticas y procedimientos para garantizar la seguridad y la salud de lxs trabajadores.**

1- 110ª Conferencia Internacional del Trabajo: La Conferencia Internacional del Trabajo añade la seguridad y la salud a los Principios y Derechos Fundamentales en el Trabajo (ilo.org)
 2- Migración laboral: nuevo contexto y retos de gobernanza, OIT 2017

Un enfoque **con perspectiva de género** reconoce que los roles sociales, las expectativas y las responsabilidades que asumen los distintos géneros en los diferentes puestos de trabajo pueden entrañar riesgos físicos y psicológicos específicos, por lo que requieren **medidas** específicas de **control y prevención**. Debemos disponer **de información precisa** sobre la relación entre salud y roles de género para crear tales medidas.

Esta guía forma parte de la Campaña de Salud de la Mujer del Departamento de Igualdad de Oportunidades de UNI Global Union. La campaña hará una evaluación general de los principales problemas y riesgos a los que están expuestas las mujeres en el mundo del trabajo.

Los derechos de todas las personas trabajadoras, incluida su salud y seguridad, están mejor protegidos si pertenecen a un sindicato. Los sindicatos desempeñan un papel fundamental a la hora de proteger la salud y la seguridad de los trabajadores y las mujeres, y de garantizar que la salud y la seguridad se incluyan en las negociaciones colectivas con los empresarios.

También debemos animar a más mujeres a convertirse en líderes de nuestro trabajo en materia de salud y seguridad. Nuestra labor contribuirá a animar a las mujeres a asistir a cursos de formación y a garantizar que sus sindicatos tengan en cuenta las cuestiones de salud y seguridad de las mujeres.

Verónica Fernández Méndez
Jefa del Departamento de Igualdad
de Oportunidades
UNI Sindicato Global

LA NECESIDAD DE
UNA PERSPECTIVA
DE GÉNERO EN
LA SALUD Y LA
SEGURIDAD EN
EL TRABAJO

GUÍA PRÁCTICA
PARA LXS
DELEGADXS

¿Es la igualdad un problema de salud y seguridad?

Todo el mundo tiene derecho a un trabajo digno y a no sufrir discriminación laboral.

Esto significa que todos los géneros tienen los mismos derechos y deben tener las mismas oportunidades en el mundo laboral. Además, debe tenerse en cuenta la diversidad entre géneros.

En el ámbito de la salud y la seguridad, hemos identificado **tres grandes cuestiones** que diferencian a los sexos en el mundo laboral:

- ▶ **1. Segregación:** Existe una distribución desigual en ocupaciones y sectores que expone a los distintos géneros a riesgos diferentes. En los sectores "masculinizados" predominan los accidentes laborales y la exposición a riesgos físicos; mientras que los sectores "feminizados" se caracterizan por riesgos como los movimientos repetitivos, las posturas forzadas y el trabajo monótono.
- ▶ **2. Roles de género:** Los roles sociales que se asignan a las mujeres y la división del trabajo en todos los ámbitos tienen un impacto específico en la salud de las mujeres. Así, lo que se ha dado en llamar la "doble jornada" -empleo remunerado fuera del hogar combinado con responsabilidades de cuidado y domésticas dentro del hogar- deteriora la salud de muchas mujeres. Del mismo modo, el acoso y la violencia, incluidos el acoso sexual y la discriminación, exponen a las mujeres a riesgos que repercuten en su salud.
- ▶ **3. Sexual and Reproductive Health:** Reproductive healthcare affects all workers, however during pregnancy and breastfeeding, special attention needs to be paid to the working conditions of those assigned female at birth. In addition, menstruation, fertility, pregnancy loss and menopause should also be considered.



LA NECESIDAD DE
UNA PERSPECTIVA
DE GÉNERO EN
LA SALUD Y LA
SEGURIDAD EN
EL TRABAJO

GUÍA PRÁCTICA
PARA LXS
DELEGADXS

La salud de las mujeres en situación de riesgo ←

La exposición a sustancias peligrosas y agentes biológicos, que pueden causar resultados reproductivos adversos (incluyendo infertilidad, abortos espontáneos y malformaciones congénitas)³; las exigencias físicas del trabajo pesado, particularmente durante el embarazo; y la duración de la jornada laboral (incluyendo el "doble turno", resultado de que las mujeres soportan predominantemente la carga de la reproducción social), son sólo algunos de los problemas que afectan específicamente a las mujeres.



**LA NECESIDAD DE
UNA PERSPECTIVA
DE GÉNERO EN
LA SALUD Y LA
SEGURIDAD EN
EL TRABAJO**

**GUÍA PRÁCTICA
PARA LXS
DELEGADXS**

La sobrerrepresentación de las mujeres trabajadoras en determinados sectores profesionales, como los trabajos relacionados con los cuidados y el comercio minorista, conduce a un patrón específico de lesiones y enfermedades profesionales⁴; ya que las mujeres están más expuestas a tareas repetitivas, alta velocidad, posturas incómodas o agotadoras⁵.

3 - *Exposición a fármacos peligrosos en la asistencia sanitaria* | NIOSH | CDC

4 - Según la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo, las enfermedades profesionales de las mujeres estaban asociadas sobre todo a sectores como "venta al por mayor, al por menor, comercio, reparación" y "trabajos sanitarios y sociales" *Sectores y ocupaciones - OSHwiki* | Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo (europa.eu)

5 - *Amanda Eng 1, Andrea 't Mannetje, Dave McLean, Lis Ellison-Loschmann, Soo Cheng, Neil Pearce. "Gender differences in occupational exposure patterns", 2011.*

Además, las mujeres tienen más probabilidades de sufrir violencia y acoso en el lugar de trabajo -incluido el acoso sexual-, violencia doméstica, intimidación y discriminación laboral. La violencia y el acoso contra las mujeres pueden verse exacerbados por condiciones de trabajo inseguras, como trabajar aisladas, con poca luz o en turnos nocturnos.

Teniendo en cuenta lo anterior, las políticas generales de promoción de la salud sin una perspectiva de género no logran los beneficios deseados para las mujeres, dada la disparidad de factores que afectan a la vida y la salud de las mujeres tanto dentro como fuera del lugar de trabajo.

Es preciso estudiar con más detenimiento los efectos del género en la salud para comprender mejor la relación entre la salud de las mujeres trabajadoras y sus funciones sociales y económicas, e incorporar estos resultados a la elaboración de políticas.



Convenio sobre seguridad y salud de los trabajadores, 1981 (núm. 155); Convenio sobre el marco promocional para la seguridad y salud de los trabajadores, 2006 (núm. 187); Convenio sobre los servicios de salud en el trabajo, 1985 (núm. 161); Convenio sobre la inspección del trabajo, 1947 (núm. 81); Convenio 190 sobre la eliminación de la violencia y el acoso en el lugar de trabajo (núm. 190).

Actividad 1

Veamos el siguiente cartel de nuestra Campaña de Salud de la Mujer. En la imagen verás a mujeres realizando diversos trabajos.

En grupos, haz una lista de todos los posibles riesgos para la salud a los que están expuestos estos tres personajes, teniendo en cuenta el trabajo que realizan, si trabajan con terceros, etc.

- ▶ ¿Qué crees que pasa cuando estas mujeres vuelven a casa?
- ▶ ¿Influyen en su salud las tareas domésticas tras completar una jornada laboral completa?

Una vez que el grupo haya debatido y reflexionado sobre estas cuestiones, se celebrará un debate plenario para discutir **qué es la perspectiva de género y por qué es necesaria en la prevención de riesgos para la salud y la seguridad en el trabajo.**

Si el moderador lo considera necesario, los participantes pueden repasar los conceptos de género, roles sociales y otras ideas clave de la Guía de Igualdad de Género del Departamento de Igualdad de Oportunidades de UNI:

Es por eso - Campaña del DIM de UNI Global Union (uni-iwd.org)

Actividad 2

Reflexionando sobre el sector de trabajo de cada participante, responda a las siguientes preguntas orientativas:

¿Mi sector es mayoritariamente femenino?

- ▶ ¿Qué tipo de trabajos realizan las mujeres? ¿Están sobrerrepresentadas en puestos poco cualificados?
- ▶ ¿Las mujeres realizan tareas monótonas o repetitivas?
- ▶ ¿Las mujeres permanecen de pie o en la misma postura durante mucho tiempo?
- ▶ ¿Sirven a clientes, pacientes o terceros?
- ▶ ¿Las mujeres trabajan con un contrato temporal o a tiempo parcial?
- ▶ ¿El trabajo doméstico y/o de cuidados está repartido equitativamente en mi sociedad, o lo realizan principalmente las mujeres?

SEGREGACIÓN: HACER VISIBLE LO INVISIBLE ←

La segregación ocupacional entre géneros puede dar lugar a falsas suposiciones sobre quién está y quién no está en situación de riesgo en el mundo laboral y puede crear barreras adicionales para el empleo de las mujeres en determinadas industrias/sectores. Además, puede hacer que el trabajo de las mujeres, sobre todo el no remunerado, sea invisible.

► SEGREGACIÓN HORIZONTAL Y VERTICAL

La **concentración de mujeres en determinados empleos debido a ideas preconcebidas sobre el género y sus funciones sociales** (como educadoras, cuidadoras, etc.) se denomina **segregación horizontal**. Estas ideas preconcebidas pueden excluir a las mujeres de las oportunidades de empleo en determinados sectores, como la construcción o el transporte.



LA NECESIDAD DE
UNA PERSPECTIVA
DE GÉNERO EN
LA SALUD Y LA
SEGURIDAD EN
EL TRABAJO

GUÍA PRÁCTICA
PARA LXS
DELEGADXS

Por otro lado, la **segregación vertical se refiere a las restricciones que encuentran las mujeres en su carrera profesional dentro de las organizaciones**, lo que las lleva a ser minoría en los puestos de responsabilidad, dirección o toma de decisiones.

Tanto el género (que describe esas características construidas socialmente) como el sexo (que engloba las características biológicas) afectan a la vida de las personas trabajadoras, así como a su salud y seguridad.

Los estereotipos de género crean la percepción de que las condiciones de trabajo en las ocupaciones tradicionalmente desempeñadas por mujeres son más "benévolas" que las de los sectores masculinizados. En consecuencia, se presta más atención a los riesgos en los sectores masculinizados.

Aunque los hombres pueden sufrir más lesiones y muertes en el lugar de trabajo, la realidad es que las mujeres también suelen trabajar en empleos físicamente exigentes y repetitivos, como la limpieza, la sanidad y el comercio.

Millones de mujeres se pasan el día levantando o moviendo a otros adultos y/o niños, cargando comida, agachándose, de pie durante largos turnos, y luego regresan a casa para seguir trabajando en el ámbito doméstico. Este trabajo es físicamente exigente y peligroso, y debe tratarse como tal. La perspectiva de género es fundamental para visibilizar el trabajo y el esfuerzo de las mujeres y ayuda a adaptar las medidas necesarias para proteger a todas las trabajadoras en función de los riesgos a los que se exponen cada día.

Los expertos en salud y seguridad están preocupados por los diferentes efectos de la exposición a sustancias peligrosas y agentes biológicos sobre la salud reproductiva, las exigencias físicas del trabajo pesado, el diseño ergonómico de los lugares de trabajo y la duración de la jornada laboral, especialmente si se tienen en cuenta también las tareas domésticas. En la actualidad, hay escasez de información sobre los diferentes riesgos relacionados con el género de la exposición a sustancias químicas, que pueden tener diferentes efectos a largo plazo sobre la salud de mujeres y hombres⁶.

Riesgos sanitarios que afectan a las mujeres en el mundo laboral: "Las mujeres llevan la carga" ←

Trastornos musculoesqueléticos

Los trastornos musculoesqueléticos (TME), como el dolor de espalda crónico, el síndrome del túnel carpiano y la tendinitis, figuran entre los problemas de salud más comunes en el lugar de trabajo y son el principal factor de discapacidad en todo el mundo⁷.

Los movimientos repetitivos de manos y brazos, arrodillarse con frecuencia, las posturas incómodas, los periodos prolongados de permanencia sentada, las posturas estáticas o la necesidad de levantar o mover cargas pesadas, incluidas las personas⁸; hacen que las mujeres de sectores como los cuidados, las finanzas, la limpieza, el comercio, los servicios postales y la peluquería y estética sean especialmente vulnerables a estos riesgos.

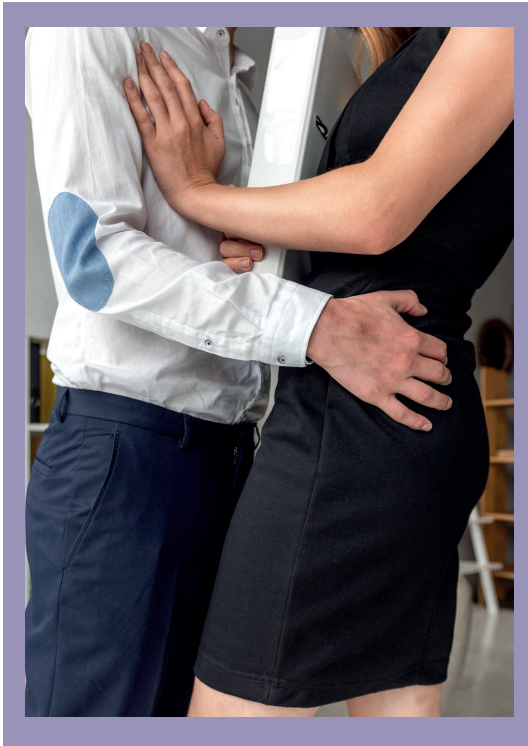
Factores adicionales como los riesgos psicosociales (abuso verbal, acoso sexual, discriminación e intimidación que aumentan la depresión, el estrés y la ansiedad), así como los factores organizativos (tiempo necesario para realizar una determinada tarea o exposición a niveles más altos de intensidad laboral), también pueden ser factores determinantes que afectan a las mujeres en mayor medida⁹.

6 - OIT - La dimensión de género: Integración de la perspectiva de género en las políticas de SST

7 - Según la Organización Mundial de la Salud, el dolor de espalda representa el 37% de las enfermedades crónicas relacionadas con el trabajo y afecta a 1.710 millones de personas en todo el mundo (Musculoskeletal health (who.int))

8 - How to be gender-sensitive when tackling MSDs in the workplace | Noticias | Mediateca (healthy-workplaces.eu)

9 - Ibid. La Encuesta Europea de Condiciones de Trabajo reveló que la prevalencia de los TME (trastornos músculo esqueléticos) es mayor entre las mujeres que entre los hombres. Las trabajadoras tienen más probabilidades de desarrollar uno o más problemas de salud relacionados con los TME, incluidos dolores de espalda (declarados por el 45%), dolores musculares en los hombros, el cuello y las extremidades superiores (declarados por el 44%) y las extremidades inferiores (30%). Mientras que el 56% de los hombres padece uno o varios TME, el 60% de las mujeres trabajadoras de la UE declara haber sufrido uno o varios TME.



FACTORES ADICIONALES COMO LOS RIESGOS PSICOSOCIALES (ABUSO VERBAL, ACOSO SEXUAL, DISCRIMINACIÓN E INTIMIDACIÓN QUE AUMENTAN LA DEPRESIÓN, EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD).



► **RIESGOS PSICOSOCIALES: ESTRÉS, ACOSO Y VIOLENCIA**

Las trabajadoras se enfrentan a menudo a mayores riesgos psicosociales y a situaciones que pueden causar estrés laboral y/o agotamiento.

Los empleos que incluyen el servicio al cliente y el contacto con terceros, incluidos clientes y pacientes, desempeñados más comúnmente por mujeres, exponen a las mujeres a un mayor riesgo de violencia y acoso¹⁰, especialmente en los sectores de servicios y comercio minorista.

Para las mujeres que trabajan desde casa, como consecuencia de los cambios en el lugar de trabajo debidos a la pandemia de COVID-19 o a la flexibilización del trabajo, la violencia doméstica¹¹ es también un importante factor de riesgo.

Los empresarios deben responsabilizarse de la seguridad de los trabajadores a distancia. Deben asegurarse de que estos trabajadores disponen de equipos de trabajo adecuados y de que se respetan sus horarios laborales y su derecho a la desconexión. Si la sociedad no aborda el desigual reparto del trabajo doméstico y de cuidados que realizan las mujeres dentro del hogar¹², las que ahora trabajan a distancia o de forma híbrida pueden correr un mayor riesgo de estrés y/o agotamiento debido a las exigencias del "doble turno".

LA NECESIDAD DE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO EN LA SALUD Y LA SEGURIDAD EN EL TRABAJO

GUÍA PRÁCTICA PARA LXS DELEGADXS

10 - Para saber más sobre la violencia y el acoso en el mundo del trabajo y lo que los sindicatos pueden hacer para ayudar, visite el siguiente sitio web: UNI Global Union: ¡Rompe el círculo! (breakingthecircle.org)

11 - Para más información sobre la relación entre la violencia doméstica y su efecto en el lugar de trabajo, visite: [GuideMembersES \(breakingthecircle.org\)](http://GuideMembersES (breakingthecircle.org))

12 - Según las estadísticas de la ONU, las mujeres realizan tres de cada cuatro horas de trabajo no remunerado (hdr2015overview.pdf (undp.org)), lo que significa que siguen realizando la mayor parte de las tareas de cuidado y domésticas en el hogar. Las políticas que ofrecen apoyo a estas tareas a escala institucional pueden ayudar a reducir la cantidad de trabajo invisible realizado por las mujeres en el hogar, pero también es necesario romper creencias profundamente arraigadas del patriarcado en las que los valores de las mujeres residen principalmente en su capacidad como esposas y madres (¿Qué es el trabajo invisible? Es real y duele. Esto es lo que hay que saber. | Mashable)

UNI ha dado un paso adelante para apoyar a los sindicatos en la negociación colectiva en nombre de los trabajadores a distancia, creando una serie de "principios clave para promover virtualmente los derechos de los trabajadores a distancia" y elaborando orientaciones sobre la negociación de condiciones humanas de trabajo a distancia¹³.

Cabe señalar que las mujeres que se incorporan a ocupaciones informales corren un riesgo aún mayor debido a protecciones inadecuadas o insuficientemente aplicadas, que provocan condiciones de trabajo más peligrosas. Estos peligros se ven exacerbados por la falta de sindicatos y otros defensores institucionales de los trabajadores en la economía informal.

► SUSTANCIAS PELIGROSAS

La exposición a sustancias químicas (productos de limpieza, tintes, etc.), la exposición al polvo (polvo de la maquinaria de oficina, ventilación deficiente, etc.) y las sustancias biológicas (residuos humanos y animales, exposición a enfermedades infecciosas, etc.) son peligros a los que se enfrentan las mujeres trabajadoras en muchos sectores altamente feminizados, como la hostelería, los cuidados, la limpieza y el trabajo doméstico. El impacto de estas sustancias puede variar en función del sexo del trabajador expuesto, por lo que debe realizarse un examen exhaustivo en función del género como parte de cualquier revisión de la seguridad en el lugar de trabajo.

► MATERIAL DE TRABAJO Y UNIFORMES INADECUADOS

Al igual que los equipos ergonómicos son necesarios para evitar riesgos a largo plazo para la salud, también lo son los equipos de protección. Por desgracia, estas protecciones, como gafas y mascarillas, se diseñan con demasiada frecuencia para "todo el mundo", sin tener en cuenta las diferencias físicas o la diversidad. Peor aún, en algunas industrias, los uniformes y las herramientas están diseñados específicamente para los hombres, y se espera que las mujeres los adapten en lugar de que los empresarios proporcionen el equipo adecuado. Una prenda de protección de corte masculino no se convierte en adecuada para una mujer simplemente haciéndola de una talla más pequeña.

Cuando los trabajadores llevan un EPI inadecuado, no sólo éste no cumple su función protectora, sino que crea peligros adicionales.

Además, prevalece una visión sexista en cuanto a los códigos de vestimenta o los uniformes. En algunas organizaciones, se presiona a las mujeres para que lleven ropa reveladora o tacones altos, por ejemplo en algunos trabajos de venta al por menor o en el servicio de comidas. Estos requisitos no sólo son discriminatorios, sino que pueden aumentar los riesgos para la salud y la seguridad, como la discriminación o el acoso sexual.

► SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

Como ya se ha dicho, la salud sexual y reproductiva de todos los trabajadores puede verse afectada por la exposición a sustancias químicas, el esfuerzo físico y otros factores, pero hay determinados periodos en la vida de los trabajadores asignados al sexo femenino al nacer que los hacen especialmente vulnerables a determinados riesgos para su salud (y la de sus futuros hijos).

13 - *El trabajo a distancia: Una revisión de la respuesta de los sindicatos a la negociación colectiva.* UNI, *sindacato mundial*, 2022.
[Remote-work_WEB_es_FINAL.pdf \(uniglobalunion.org\)](#)

► EMBARAZO Y LACTANCIA

Los derechos en torno a la protección de la maternidad en el trabajo están recogidos en tres convenios de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), así como en multitud de tratados internacionales. Sin embargo, muchas mujeres siguen enfrentándose a amenazas para su seguridad económica y su salud al no tener acceso a un permiso de maternidad antes y/o después del nacimiento de su bebé y/o ser despedidas o discriminadas en el trabajo por estar embarazadas y/o por considerarse que pueden quedarse embarazadas. El embarazo y la maternidad son periodos especialmente vulnerables para las mujeres trabajadoras y sus familias. Las mujeres necesitan una protección especial frente a condiciones de trabajo que puedan perjudicarlas a ellas o a sus hijos, del mismo modo que necesitan un tiempo adecuado para dar a luz, recuperarse y amamantar a sus hijos¹⁴.

La lactancia materna es una de las formas más eficaces de garantizar la salud y la supervivencia de los niños¹⁵, pero a menudo se ve interrumpida por el trabajo y la falta de acceso a pausas para la lactancia o a instalaciones donde las mujeres puedan extraerse leche y almacenarla mientras trabajan. Hay pocos lugares de trabajo que tengan políticas de lactancia o acuerdos laborales flexibles para apoyar a las madres lactantes. Estas barreras dificultan la reanudación de la carrera profesional de las mujeres, obligándolas a elegir entre amamantar a sus hijos o reanudar su trabajo.



¹⁴ - *Normas internacionales del trabajo sobre protección de la maternidad (ilo.org)*

¹⁵ - *Lactancia materna (who.int)*

Los cinco elementos clave para la protección de la maternidad en el trabajo son:

- ▶ Baja por maternidad
- ▶ Retribución y prestaciones médicas
- ▶ Protección de la salud en el lugar de trabajo, incluido un trabajo alternativo adecuado
- ▶ Protección y no discriminación en el empleo
- ▶ Dispositivos, espacio privado y políticas para facilitar la lactancia materna en el lugar de trabajo¹⁶

▶ **MENSTRUACIÓN**

Algunas condiciones de trabajo afectan específicamente a la reproducción femenina. El propio ciclo menstrual puede alargarse, acortarse o hacerse irregular o más doloroso por la exposición a disolventes, al frío o a algunos tipos de trabajo¹⁷.

La menstruación es una función biológica que no puede utilizarse como excusa para excluir a nadie (mujeres, niñas, personas con discapacidad, transexuales) del lugar de trabajo ni causar vergüenza o estigma. Debe abordarse mediante políticas debidamente redactadas para no reforzar los prejuicios y, a su vez, dar a las personas que menstrúan la posibilidad de tener un periodo de descanso o un trabajo flexible cuando lo necesiten.

Unas instalaciones sanitarias y de aseo adecuadas en el lugar de trabajo y el acceso ilimitado a instalaciones para las pausas sanitarias son esenciales para la salud, el bienestar y la dignidad de las mujeres¹⁸.

▶ **MENOPAUSIA**

Tradicionalmente, la menopausia se ha considerado un tema tabú en términos de empleo, percibido como un asunto privado o "un tema de mujeres" y, a menudo, no es una cuestión que se debata abiertamente o se tenga en cuenta en el diseño de los lugares de trabajo y las prácticas o políticas laborales.

Se trata de una función biológica que corresponde al final del ciclo reproductivo y que puede tener graves efectos físicos, psicológicos, cognitivos y emocionales para quienes la experimentan, variando de una persona a otra. Los síntomas pueden ir desde cambios físicos, como sofocos, sudores nocturnos, aumento de peso, adelgazamiento del cabello y sequedad de la piel, hasta psicológicos, como cambios de humor y aumento de los niveles de estrés, así como reducción de la función cognitiva ("niebla cerebral"), pasando por ansiedad y depresión graves.

¹⁶ - Kit de recursos para la protección de la maternidad. OIT, 2021

¹⁷ - MESSING, Karen. Bent out of Shape. 2021, p. 75

¹⁸ - <https://www.theguardian.com/business/2004/sep/05/theobserver.observerbusiness>

Comprender que la menopausia es un problema de salud laboral que afecta a muchas mujeres en la fuerza de trabajo, lo convierte en una cuestión crítica para los sindicatos. Los empresarios deben ser conscientes de su responsabilidad y adoptar medidas para apoyar a las trabajadoras que atraviesan la menopausia.

También es crucial que las mujeres trabajadoras que están pasando por la menopausia tengan a alguien con quien hablar.

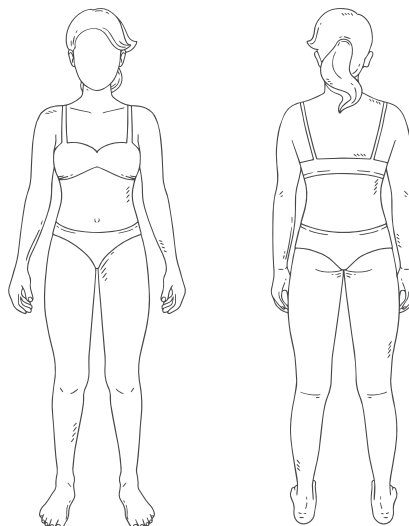
Actividad 3

Utilizando una imagen del cuerpo humano (por delante y por detrás), se pide a los participantes que muestren con puntos de colores los lugares de dolor o los síntomas que experimentan. **Ejemplo:** rojo para los síntomas fisiológicos, como los sofocos; azul para los síntomas psicológicos, como el estrés o la ansiedad.

- ▶ Coloca y compara las imágenes de todos los participantes para comprender el espectro de experiencias.

¿Hay lugares del cuerpo en los que muchos participantes noten dolor u otros síntomas?

- ▶ ¿Qué tipo de síntomas aparecen más? Por **ejemplo:** si aparecen muchos puntos en la región del cuello, se debe a dolor, rigidez, pérdida de movilidad, etc.
- ▶ ¿Puede establecerse una relación entre estos síntomas y las tareas laborales de los participantes, existe un patrón? **Por ejemplo:** una determinada postura, un equipo de trabajo inadecuado, determinados tipos de movimiento, un entorno de trabajo deficiente, situaciones de violencia, etc.



Si se trata de un grupo de personas de distintos sectores, pueden agruparse por sectores.

Este tipo de recurso es útil para que los representantes sindicales investiguen las condiciones de trabajo y los riesgos para la salud y la seguridad en el trabajo. Puede utilizarse fuera de un taller ad hoc, en reuniones sindicales u otras ocasiones en las que los trabajadores puedan expresar sus percepciones y preocupaciones.

Puedes visitar la siguiente página que tiene un mapa de riesgo interactivo, muy útil para reconocer tipos de síntomas y posibles causas:

<https://hazards.org/detective/index.htm> #

El papel de los sindicatos en la integración de la perspectiva de género en la salud y seguridad en el trabajo

Una de las estrategias clave para incluir las cuestiones de género en las agendas de los empresarios es organizarse. Necesitamos más mujeres en los sindicatos y capacitarlas para que busquen puestos de liderazgo.

Cuando se trata de proteger la salud de las mujeres, los representantes sindicales pueden investigar, abordar y negociar los problemas de las mujeres; pueden animar a más mujeres a convertirse en dirigentes; organizar campañas de salud y seguridad dirigidas a las mujeres; animar a las mujeres a asistir a cursos de formación; y garantizar que se tengan en cuenta los problemas de salud y seguridad de las mujeres.

La afiliación de más mujeres a los sindicatos trae consigo mejores condiciones de trabajo; mejores salarios; más protección frente a las acciones arbitrarias de los empresarios; más protección frente al abuso, el acoso, la violencia y la discriminación; más oportunidades de acceder a la formación, las prestaciones sanitarias, la baja por maternidad y las pensiones.

► ¿QUÉ PUEDEN HACER LOS SINDICATOS AFILIADOS?

1. Trabajar para garantizar que se incluyen programas de salud adecuados en los lugares de trabajo y que responden a las necesidades específicas de las trabajadoras
2. Campaña contra toda discriminación por razón de sexo y cualquier práctica perjudicial que pueda derivarse de ella.
3. Presionar a los gobiernos nacionales, regionales y subregionales para que adopten leyes y convenios internacionales, como el Convenio sobre la protección de la maternidad o el Convenio sobre la eliminación de la violencia y el acoso en el mundo del trabajo (C190).

4. Incorporar cláusulas en la negociación colectiva que exijan la inclusión de la salud laboral como instrumento esencial para la erradicación de la violencia en el lugar de trabajo y consideren las necesidades de un lugar de trabajo diverso.
5. Tomar medidas preventivas desde el principio a todos los niveles, tanto para el colectivo como para los individuos, e incluir formación e información para los trabajadores.
6. Crear comités independientes de salud y seguridad en el trabajo, esenciales para un trabajo seguro y que incluyan plenamente a las mujeres para supervisar las condiciones, la organización y los métodos de trabajo de los trabajadores, y asegurarse de que tienen en cuenta las necesidades y diferencias biológicas y sociales entre los trabajadores.
7. Formar y animar a las mujeres para que conozcan sus derechos y aborden rápidamente los problemas de salud.
8. Dar a conocer los métodos existentes de notificación de lesiones o enfermedades relacionadas con el trabajo.
9. Asegúrese de que el empresario realiza las evaluaciones de riesgos necesarias.

► ¿QUÉ PUEDEN HACER LOS TRABAJADORES?

La aplicación de medidas adecuadas para prevenir las lesiones y enfermedades profesionales es responsabilidad del empresario.

Por su parte, los trabajadores tienen importantes funciones y deberes, como notificar las lesiones profesionales, las enfermedades profesionales, los accidentes de camino al trabajo y los sucesos peligrosos, así como apoyar el desarrollo y la aplicación de medidas preventivas.

Entre las acciones que pueden emprender los trabajadores figuran:

1. Obtener información y formación sobre el sistema de denuncia en su lugar de trabajo y ponerse en contacto con su representante sindical.
2. Identifique a la(s) persona(s) a la(s) que debe(n) comunicar los accidentes, lesiones y enfermedades en el lugar de trabajo, los casos sospechosos de enfermedades profesionales, las condiciones o equipos inseguros, los accidentes en el trayecto al trabajo y los sucesos peligrosos, etc. Esta persona podría ser un supervisor inmediato o un representante elegido en materia de salud y seguridad en los lugares de trabajo sindicados.

3. Comprender sus obligaciones de notificación y familiarizarse con los formularios necesarios para señalar una situación de inseguridad, lesión o enfermedad, asegurándose de tenerlos siempre a mano.
4. En caso de accidente, lesión o enfermedad profesional, caso sospechoso de enfermedad, accidente de trayecto, condición insegura o suceso peligroso, cumplir con la obligación de informar en su lugar de trabajo.

Ejercer su derecho a rechazar un trabajo inseguro.

Los trabajadores tienen derecho (y pueden estar obligados por la legislación nacional) a notificar accidentes y enfermedades laborales, accidentes de trayecto, condiciones de trabajo inseguras y sucesos peligrosos.

Las normas de la OIT, y la legislación nacional de muchos países, prohíben que un empresario tome represalias contra un trabajador por denunciar un accidente laboral, una enfermedad profesional, un suceso peligroso, un accidente de trayecto o un caso sospechoso de enfermedad profesional.

REFERENCIAS

- ▶ Safety & Health for All, ILO Reference Programme: Key Facts and Figures (2016-2020)
- ▶ Reporting, Recording and Notification of Occupational Accidents and Diseases: A brief guide for workers, ILO
- ▶ 10 Keys for Gender Sensitive OSH Practice – Guidelines for Gender Mainstreaming in Occupational Safety and Health, ILO
- ▶ Maternity Protection Resource Kit, ILO (2021)
- ▶ Labour migration: new context and governance challenges, ILO (2017)
- ▶ Hazards Magazine: <https://hazards.org/>
- ▶ UNI campaign on women’s health and safety at work: uni-womens-health.org
- ▶ Remote work: A review of unions’ collective bargaining response, UNI Global Union (2022)
- ▶ Making women visible in OHS, IUF (2020)
- ▶ Gender equality: a practical guide for delegates, UNI EOD (2022)
- ▶ UNI Equal Opportunities campaign against gender-based violence: breakingthecircle.org
- ▶ Amanda Eng 1, Andrea 't Mannetje, Dave McLean, Lis Ellison-Loschmann, Soo Cheng, Neil Pearce. “Gender differences in occupational exposure patterns”, 2011.
- ▶ Hazardous Drug Exposures in Health Care | NIOSH | CDC
- ▶ Musculoskeletal health (who.int)
- ▶ How to be gender-sensitive when tackling MSDs in the workplace | News | Media centre (healthy-workplaces.eu)
- ▶ Human Development Report 2015 | Human Development Reports (undp.org)
- ▶ What is invisible labor? It's real and it hurts. Here's what to know. | Mashable
- ▶ International Labour Standards on Maternity protection (ilo.org)
- ▶ Breastfeeding (who.int)



<http://uni-womens-health.org/>