



## La carga física y el consumo metabólico en el personal de piso del sector del alojamiento

**CCOO Servicios.** - Gracias a una iniciativa de la entonces FECOHT-CCOO el Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT) redactó un informe (I.T.B. 16.10) para dar respuesta a las dudas sobre como evaluar la carga física en el personal de pisos del sector del alojamiento. Aunque este informe es de marzo del año 2010, es importante recordar constantemente que deben establecerse métodos científicos y legalmente respaldados para medir la carga física en estos puestos de trabajo. La carga física es una cuestión que muchas veces se escapa por los márgenes de las evaluaciones de riesgos laborales realizadas en establecimientos hoteleros, al tratarse de un tema con cierta complicación técnica y que no es percibido como prioritario por trabajadores y trabajadoras, y lo que resulta mucho más hiriente al considerarse por las empresas como un hecho normalizado que va unido a las tareas de estos trabajadores.

Para CCOO es un momento adecuado para recordar nuevamente esta problemática, puesto que coincide con la iniciativa de nuestra federación sindical internacional UITA, que está desarrollando una campaña mundial para dignificar el trabajo de las camareras de pisos. Si entendemos la carga de trabajo como "el conjunto de requerimientos psico-físicos a los que el trabajador se ve sometido a lo largo de la jornada laboral", la propia normativa técnica admite que para realizar una valoración correcta de dicha carga o actividad del individuo frente a la tarea hay que valorar los dos aspectos reflejados en la definición, o sea el aspecto físico y el aspecto mental dado que ambos coexisten, en proporción variable, en cualquier tarea.

Aunque, en general, el progreso técnico implica un crecimiento de los requerimientos mentales en detrimento de los físicos en muchos puestos de trabajo, no es menos cierto que aún existen puestos (como es el caso) en los que las exigencias físicas siguen siendo elevadas, por lo que es necesario evaluarlas y aportar las medidas correctoras precisas para paliar en lo posible los efectos de estos trabajos pesados, o incluso en aquellos casos en que fuera técnicamente posible cambiar el proceso de trabajo por otro menos exigente, bien mediante instrumentos técnicos adecuados o una nueva organización del trabajo.

Según el INSHT la carga física consta de tres componentes: la manipulación de cargas, la carga postural y el consumo metabólico, siendo este último el que habitualmente se obvia con más frecuencia. El método para evaluar el consumo metabólico es la norma UNE-EN-ISO 8996, que califica de "moderado" el consumo metabólico del personal de pisos; pese a esta calificación no puede interpretarse que se trate de un trabajo que no cree fatiga y que por tanto no sea necesario realizar pausas en su desarrollo.

Es necesario según las propias recomendaciones del INSHT evaluar de forma específica cada una de las condiciones de los puestos de trabajo, y tener en cuenta como recomendación generales recordar que aunque el consumo metabólico se califique de "moderado", es habitual y continuado en las labores específicas de estos puestos de trabajo, por lo que habrá que aplicar en el tiempo medidas preventivas para reducir la carga de trabajo diaria del colectivo; una de ellas son las pausas, adecuando el gasto metabólico que con una correcta medición se pueden determinar de forma exacta según los métodos propuestos por el Instituto.

En caso de no poder determinar y realizar estas pausas, recomienda el INSHT que sería necesario rebajar el consumo metabólico de "moderado" a "ligero", lo que significa bajar la intensidad del trabajo de una forma cuantitativa considerable, o dicho de forma más clara, tener un menor número de habitaciones para arreglar.

Desde la Federación de Servicios de CCOO recordamos a todos nuestros representantes en las empresas, y específicamente a delegados y delegadas de prevención, que cuentan con esta herramienta del INSHT y el asesoramiento del propio sindicato, para desarrollar su tarea en materia de carga de trabajo y gasto metabólico. Y que sería muy conveniente y necesario además incluir en los debates para elaborar las diferentes plataformas de convenio colectivo, en los casos en que todavía no se haya hecho así.

Descargar [Informe INSHT evaluación carga física Camareras de pisos](#)

---

La carga física y el consumo metabólico en el personal de piso del sector del alojamiento



© CCOO SERVICIOS 2017

Logos y marcas propiedad de sus respectivos autores

Se permite la reproducción total o parcial de todos los contenidos siempre que se cite la fuente y se enlace con el original