

# Seguridad y Salud para los profesionales de las redacciones de los Medios de Comunicación



*Federación de  
Comunicación y Transporte*

*Agrupación de Periodistas*

*[www.fct.ccoo.es](http://www.fct.ccoo.es)*



# Seguridad y Salud para los profesionales de las redacciones de los Medios de Comunicación

*Los peligros que corren los equipos de los Medios de Comunicación enviados a zonas de conflicto son un asunto recurrente que ha costado la vida a más de mil profesionales en los diez últimos años.*

*Pero los profesionales de la información no sólo corren peligros en zonas de conflicto sino que están también sometidos, en su actividad cotidiana, a riesgos para su salud derivados de las condiciones específicas de su trabajo. La presión continuada para captar al instante la noticia y la rapidez requerida para su elaboración, antes de darla a conocer al público, somete a los trabajadores de los medios a una tensión, en muchas ocasiones, límite. Esto, además, condiciona las relaciones personales, familiares, sociales y laborales.*

*Desde esta perspectiva la Federación de Comunicación y Transporte de CC.OO. ha elaborado la siguiente propuesta resultado de los debates y aportaciones de profesionales de Medios de Comunicación escritos y audiovisuales cuyo objetivo es mejorar sus condiciones de trabajo.*

# I. Riesgos en zonas conflictivas

Muchos periodistas han resultado muertos, lesionados o acosados en zonas de guerra. Unas veces, atrapados entre los dos fuegos de la violencia, otras, víctimas de agresiones e intimidaciones premeditadas por parte de criminales, terroristas o agentes del estado -policía, militares o las propias fuerzas de seguridad- que actúan secreta e ilegalmente.

Con mucha frecuencia es poco lo que pueden hacer los periodistas o los Medios de Comunicación para evitar estas víctimas. Inevitablemente, habrá accidentes, sin importar el cuidado que se ponga en proporcionar protección y poco puede hacerse cuando los que toman los Medios de Comunicación como blanco utilizan métodos despiadados para aplastar la investigación periodística.

No obstante, hay medidas que los profesionales y sus organizaciones deben tomar para reducir al mínimo los riesgos que corra el personal.



1. Lo primordial es la seguridad del personal de los medios cuando hay que cubrir información en países en guerra, en lugares donde existen conflictos bélicos encubiertos o en zonas de especial riesgo.
2. En situación de riesgo es el personal desplazado, no la redacción central, quien debe tomar las decisiones más convenientes, tanto para la cobertura informativa, como en lo concerniente a su seguridad personal.
3. El profesional no aceptará presiones para cubrir una información si valora que es demasiado peligroso y dispondrá del tiempo que considere necesario antes de desplazarse. El mismo decidirá el momento y el itinerario.
4. El informador será relevado en una zona de conflicto siempre que lo pida.
5. El tiempo de permanencia en una zona de guerra no debe ser superior a cuatro semanas, salvo voluntad personal.
6. Todo reportero que sea enviado a una zona de guerra, a un conflicto bélico encubierto o zona de especial riesgo deberá ser de plantilla o tener relación contractual.

7. El criterio de reducir al mínimo los riesgos hace aconsejable que el medio cubra informativamente el conflicto con profesionales que se encuentren ya en la zona. Estos profesionales deberán contar con garantías similares al personal de plantilla.
8. Todo profesional enviado a una zona de conflicto irá cubierto por un seguro de vida especial, cuya cuantía no podrá ser inferior a 300.000 Euros.
9. La empresa facilitará al profesional los medios que éste considere necesarios para su protección (chaleco antibalas, casco, botiquín standard preparado por los servicios médicos...)
10. El medio entregará al periodista un teléfono por satélite (o el instrumento más efectivo para comunicarse) y los medios adecuados para el trabajo que tenga que realizar, así como el dinero que éste considere necesario para cubrir sus gastos y cumplir su labor informativa.



11. El profesional debe identificarse siempre como tal. Para ello debe llevar siempre encima un carnet y el periódico le proporcionará una o varias cartas credenciales que le identifiquen como periodista.
12. Un profesional de los medios nunca debe ir armado.
13. El medio siempre debe saber dónde se encuentra el profesional, a dónde se dirige y cuáles son los horarios aproximados de regreso. Una persona coordinará las guardias en la redacción central para que siempre haya un enlace encargado de tener localizado en todo momento al informador en la zona de especial riesgo. Se trata de evitar que una llamada de emergencia del corresponsal quede sin ser atendida desde la redacción central.
14. Todo profesional que vaya a viajar a una zona de conflicto bélico deberá realizar un curso en entrenamiento especializado en el Reino Unido (en la actualidad es el país más cercano donde se imparte este tipo de cursos).

# Consejos y Recomendaciones

1. Ir a una zona de conflicto es peligroso y todos los que van son perfectamente conscientes de ello; pero hay formas de reducir el riesgo. La primera es que, antes de ir a cualquier lado en una zona de guerra, un profesional debe preguntarse: ¿El reportaje merece la pena?
2. El profesional deberá evitar viajar en vehículos militares, sobre todo en zonas de combate.
3. No es recomendable viajar en el coche con militares o guerrilleros armados, salvo que realmente sea más seguro hacerlo, algo que suele ocurrir en zonas donde no hay combates pero los informadores necesitan una escolta armada.
4. Es recomendable que el informador intente aprender las palabras básicas del idioma del país al que se viaja, al menos para que pueda identificarse como informador.



5. Es aconsejable recopilar toda la información disponible sobre el país y las partes envueltas en el conflicto. Un mapa fiable de la zona a la que se viaja suele ser imprescindible.
6. Es fundamental dedicar las primeras horas en una zona de conflicto a recopilar informaciones prácticas y, sobre todo, de seguridad. ¿Qué lugares son más peligrosos? ¿Qué calles o zonas son seguras y cuáles no lo son?
7. En una zona peligrosa, es mejor no viajar solo.
9. No es aconsejable aceptar promesas de grandes historias si no está muy claro quien las ofrece. Un buen chofer y un buen intérprete son imprescindibles. Es muy importante comprobar el estado del coche alquilado antes de salir. Las ONG, las misiones, embajadas, organismos internacionales y otros colegas son buenos medios para encontrar intérpretes de confianza.
10. Los reportajes en lugares donde no haya posibilidad de recibir asistencia médica, aumentan el riesgo.
11. Es recomendable avisar de nuestra presencia a la embajada española o de la UE. Cuando el informador se aleje de zona segura es conveniente que informe a sus compañeros de los horarios previsibles de su vuelta.

12. El profesional debe vestir siempre ropas civiles y evitar los colores brillantes en su ropa, así como aquellos tonos que puedan confundirse con ropas militares. Un trapo que pueda ser utilizado como bandera blanca puede ser muy útil.



13. No siempre es fácil conseguir alimentos comestibles. Es importante llevar comida y agua.

## Resumiendo, hacemos nuestro el Código Internacional Profesional para el ejercicio seguro del periodismo, de la Federación Internacional de Periodistas (FIP):

### **Preparación adecuada, formación y protección social.**

Es de esencial importancia que los periodistas y el personal de los Medios de Comunicación estén preparados para hacer frente en el momento en que surjan las dificultades. Debería haber un marco en el que se proporcione individualmente al personal asistencia médica y protección social.

**Los profesionales de los Medios de Comunicación deben estar informados e informarse** acerca del terreno político, físico y social en el que están trabajando. No deben contribuir a la incertidumbre e inseguridad de sus condiciones con su ignorancia o su conducta imprudente.

**Las organizaciones de los Medios de Comunicación deben cuidarse de correr riesgos por obtener una ventaja comercial** y fomentar la cooperación entre los periodistas cuando existan condiciones potencialmente peligrosas.

**Los gobiernos deberían no poner obstáculos al periodismo.** No deben restringir innecesariamente la libertad de circulación de los periodistas ni comprometer el derecho de los Medios de Comunicación informativos de recoger, producir y difundir la información en condiciones seguras y protegidas.

**Nadie ha de interferir en los Medios de Comunicación.** Todo el mundo ha de respetar la integridad física de los periodistas y el personal de los Medios de Comunicación en el trabajo. Debe prohibirse interferir físicamente en la filmación u otro trabajo periodístico.

Teniendo en cuenta estas consideraciones, la FIP pide a los grupos de periodistas, las organizaciones de los Medios de Comunicación y a todas las autoridades públicas competentes que respeten el siguiente **código de práctica internacional para la conducta segura en el periodismo**:



1. Los periodistas y el demás personal de los Medios de Comunicación estarán adecuadamente equipados para toda misión proporcionándoles incluso material de primeros auxilios, instrumentos de comunicación, medios de transporte adecuados y, en caso necesario, ropa de protección.
2. Las organizaciones de los Medios de Comunicación y, cuando corresponda, las autoridades públicas proporcionarán formación de sensibilización al riesgo para aquellos periodistas y trabajadores de los Medios de Comunicación que tienen probabilidades de participar en misiones en las que prevalezcan condiciones peligrosas o que razonablemente puede esperarse que lo sean.
3. Las autoridades públicas informarán a su personal de la necesidad de respetar los derechos de los periodistas y les darán instrucciones de respetar la integridad física de los periodistas y del personal de los Medios de Comunicación mientras trabajan.
4. Las organizaciones de los Medios de Comunicación proporcionarán protección social a todo el personal que participe en la actividad periodística fuera del lugar de trabajo normal, incluido un seguro de vida.
5. Las organizaciones de los Medios de Comunicación proporcionarán, gratuitamente, tratamiento médico y asistencia médica, incluidos los gastos de recuperación y convalecencia, a los periodistas y trabajadores de los Medios de Comunicación víctimas de lesiones o enfermedades como resultado de su trabajo fuera del lugar de trabajo normal.
6. Las organizaciones de los Medios de Comunicación protegerán a los periodistas autónomos o a los que trabajan a tiempo parcial. Deben recibir la misma protección social y acceso a la formación y equipo puesto a disposición del personal asalariado.





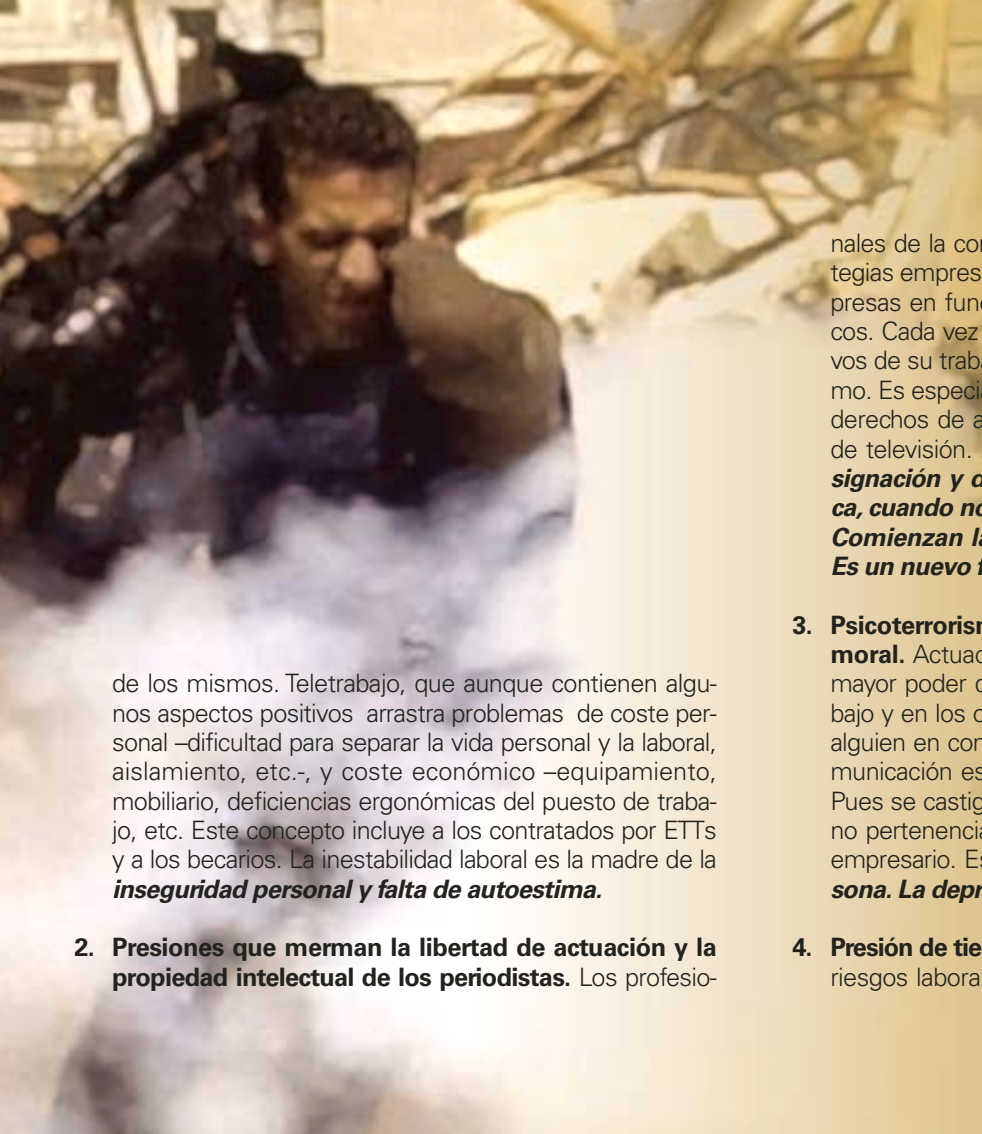
## II. Desestructuración, fatiga y riesgos psicosociales

Los peligros para los profesionales de la información no se restringen a los conflictos armados. El personal de las redacciones sufren problemas de salud y seguridad derivados de las condiciones de trabajo, algunas de las cuales son factores desestructurales para la persona. Los profesionales de los Medios de Comunicación han interiorizado la concepción de su profesión como una profesión apasionante y de cierto estatus social. Pero las redacciones esconden tras sus fachadas una realidad diferente a esa imagen idealizada. Las empresas de comunicación, ya sean de prensa, radio, televisión o Internet se rigen por los mismos principios de producción capitalista que el resto de las empresas: ajustar la producción a unos índices de productividad determinados. Este es el principio generador del resto de normas, reglas y relaciones laborales. Mientras en las fábricas, los trabajadores tratan de alcanzar nuevas cuotas de poder, esa imagen idealizada del periodismo transmuta la realidad en una conciencia de ser el propio poder. Poder que emana del poder de la información. Un autoengaño utilizado por el empresario en beneficio propio para mantener unas relaciones laborales marcadas por el miedo, la resignación y la creencia de formar parte de una

profesión de élite, cuando la inmensa mayoría son, sencillamente, trabajadores, no estrellas mediáticas. Esta falsa percepción es la que incapacita para la defensa de los propios derechos tanto laborales como profesionales.

De esta condición esencial del trabajo emanan los riesgos que dañan la salud. Riesgos que todo empresario está obligado a eliminar porque así lo exige la legislación. *“Los trabajadores tienen derecho a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo. El citado derecho supone la existencia de un correlativo deber del empresario de protección de los trabajadores frente a los riesgos laborales.” (LPRL Art. 14.1)*. Pero, sobre todo porque el derecho a la salud y la seguridad en el trabajo es un derecho fundamental, inalienable, del ser humano.

**1. Precariedad laboral.** El ajuste de la producción a unos índices de productividad ha conducido a las empresas a reducir al máximo las redacciones y ampliar la red de colaboradores que aporten contenidos a precio de saldo. Estos colaboradores son los conocidos como autónomos en otras profesiones y que en ésta, además, reciben el nombre de pigistas, freelances..... La problemática común es: sueldos bajos, jornadas laborales interminables, intempestivas y poco regulares. Menos tiempo de descanso y vacaciones, contratos irregulares o inexistencia



de los mismos. Teletrabajo, que aunque contienen algunos aspectos positivos arrastra problemas de coste personal –dificultad para separar la vida personal y la laboral, aislamiento, etc.-, y coste económico –equipamiento, mobiliario, deficiencias ergonómicas del puesto de trabajo, etc. Este concepto incluye a los contratados por ETTs y a los becarios. La inestabilidad laboral es la madre de la ***inseguridad personal y falta de autoestima.***

**2. Presiones que merman la libertad de actuación y la propiedad intelectual de los periodistas.** Los profesio-

nales de la comunicación trabajan sometidos a las estrategias empresariales y a la censura que imponen sus empresas en función de sus intereses políticos y económicos. Cada vez controlan menos los contenidos informativos de su trabajo y el uso comercial que se hace del mismo. Es especialmente significativo cuando se trata de los derechos de autor de los reporteros gráficos y cámaras de televisión. ***Insatisfacción personal, indignación, resignación y desánimo es el resultado de esta práctica, cuando no la sensación de pérdida de la dignidad. Comienzan las depresiones y ataques de ansiedad. Es un nuevo factor de deterioro de la persona.***

**3. Psicoterrorismo laboral, más conocido como acoso moral.** Actuación, frecuente y repetida, de alguien con mayor poder que apoyándose en la organización del trabajo y en los objetivos de la producción persigue dañar a alguien en concreto. El profesional de los Medios de Comunicación está especialmente expuesto a este riesgo. Pues se castiga la independencia, el no sometimiento, la no pertenencia a un grupo o red accesible al control del empresario. Este acoso busca la ***destrucción de la persona. La depresión es su primer efecto.***

**4. Presión de tiempos.** La legislación sobre la prevención de riesgos laborales ordena adaptar el trabajo a la persona.

*“Adaptar el trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como a la elección de los equipos y los métodos de trabajo y de producción, ...” (LPRL. Art. 15,1d).* Sin embargo, los profesionales de las redacciones están sometidos al dictado de los acontecimientos. Su persona y su vida están subyugadas a la información que ha de transmitirse inmediatamente al público. **El trabajo controla al individuo, no la persona al trabajo.** Estos profesionales que elaboran la noticia día a día, son portavoces, en muchas ocasiones, de causas laudables y solidarias, pero se deslizan palpablemente hacia la **alienación** por el trabajo. Esta presión del tiempo, esta dependencia de la noticia, exige la prolongación de la jornada laboral más de lo admisible. Surge la fatiga.

5. **Fatiga.** Es un riesgo que al principio no está en el trabajo. Surge a medida que se desarrolla éste. La fatiga no sólo limita las capacidades humanas, haciendo a la persona más vulnerable a los errores, fallos y accidentes. Debilita los sistemas del organismo haciéndolos más propensos a las enfermedades. La fatiga física se elimina mediante el descanso. La mental o psíquica precisa del sueño reparador para la recuperación de la persona. Cuando prolongadamente no se produce la recuperación de la fatiga, el trabajador queda atrapado por la fatiga crónica. En esta situación es totalmente vulnerable. Sus fortalezas han claudica-

do: **menores capacidades de trabajo, menores resistencias a las agresiones externas ya provengan de otras personas, jefes o compañeros, o agentes de enfermedades, respuestas incoherentes con su personalidad como agresividad, depresiones, insomnio, etc. y dolores erráticos.**

6. **Estrés.** Es resultado del descontrol sobre el propio trabajo y de la fatiga acumulada. A su vez este estrés encamina a la persona a la **desestructuración. Pérdida de contextualización de la vida personal. Incapacidad para la toma de decisiones. Dominado por las circunstancias. Neurosis diversas.**
7. **De este conjunto de condicionantes laborales** surge la adicción a diferentes sustancias: alcohol, tabaco, drogas diversas, consumo excesivo de medicamentos. **Drogo-dependencia.**
8. Surgen los **conflictos familiares**, cuya expresión última es el **divorcio.**
9. Y como colofón el **infarto.** Las estadísticas de accidentalidad muestran cómo cada año se incrementan los infartos afectando cada vez a personas más jóvenes. Las condiciones de trabajo son la base material de estos accidentes.

### III. Trabajo repetitivo, manipulación de cargas y riesgos físicos

Existen otros riesgos asociados a la ergonomía del puesto y a las condiciones del lugar de trabajo. Aunque se ha legislado tanto sobre pantallas de visualización de datos como sobre lugares de trabajo, y se han aportado soluciones técnicas, los puestos de trabajo no están adaptados a los trabajadores y trabajadoras, produciendo diversos daños.

- 1. Trabajo Repetitivo.** Está suficientemente estudiado y legislado cómo ha de ser el puesto de trabajo con pantallas. Las nuevas tecnologías también han traído sus propios problemas. Veinte años trabajando con el teclado de un ordenador, bajo mucha presión, en ocasiones con equipos inadecuados y muy pocos descansos ha favorecido la aparición de las afecciones por esfuerzo repetido- tendinitis, síndrome de túnel carpiano, epicondilitis, dolor de cuello y hombros- son algunas



de las enfermedades ocupacionales de las redacciones modernas.

- 2. Manipulación de cargas.** Cubrir la noticia exige transportar sobre el propio cuerpo aparatos, que en conjunto suman un peso elevado, durante tiempos excesivamente largos. El transporte de cargas daña las estructuras musculares y óseas, haciéndose irreversibles si no se toman las medidas preventivas adecuadas.
- 3. Trabajos en altura.** El riesgo es la caída, aumentándose éste cuando el desplazamiento se realiza soportando cargas como cámaras, trípodes, etc.
- 4. Accidentes en misión.** Las largas jornadas de trabajo, el uso de instrumental pesado, que aumenta la fatiga, las posturas forzadas, etc. son causas de accidentes de tráfico, más cuando es el propio profesional el que debe conducir. Esta actividad requiere todas las capacidades de la persona. Sin embargo, éstas han sido mermadas previamente por un trabajo fatigante. En esta situación la fatiga se convierte en el desencadenante de errores que llevarán fatalmente al accidente. En otras ocasiones, el acceso rápido al lugar de la noticia elimina, por eludir secuencias de tareas para reducir tiempos, las medidas oportunas para la conducción adecuada y sin riesgos. El riesgo de accidente con vehículo es muy elevado cuando la persona está fatiga.



# ¿Qué exigimos?

1. La aplicación del R.D (486/97) sobre lugares de trabajo resolvería la mayoría de los problemas sobre espacio físico, temperatura, humedad, limpieza del aire, iluminación, etc.
2. El R.D. 488/97 sobre trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización, determina el diseño de estos puestos de trabajo.
3. El R.D. 487/97 sobre manipulación de cargas ordena todo lo relativo al levantamiento de pesos.
4. Formación preventiva en aplicación del artículo 19 de la LPRL. Se debe informar a los trabajadores sobre los riesgos posturales, giros de cabeza, hiperextensión de los miembros, forma correcta de sentarse, manipulación de cargas,... para que los trabajadores desarrollen hábitos saludablemente correctos en su trabajo.
5. La organización del trabajo no es potestad exclusiva del empresario. La Ley de prevención señala en el art. 15: "Planificar la prevención, buscando un conjunto coheren-



te que integre en ella la técnica, la organización del trabajo, las condiciones de trabajo, las relaciones sociales y la influencia de los factores ambientales en el trabajo". Y en el artículo 33. *"Consulta de los trabajadores:*

*a) La planificación y la organización del trabajo en la empresa y la introducción de nuevas tecnologías, en todo lo relacionado con las consecuencias que éstas pudieran tener para la seguridad y la salud de los trabajadores, derivadas de la elección de los equipos, la determinación y la adecuación de las condiciones de trabajo y el impacto de los factores ambientales en el trabajo."*

Por tanto, hay que buscar las soluciones más adecuadas a problemas como los turnos, responsabilidades, control del producto, control de calidad, funciones y tareas de



cada categoría, comunicación vertical y horizontal, ritmos de trabajo..... En el mundo de la comunicación el trabajo se desarrolla durante las 24 horas. Se puede mejorar las condiciones del trabajo a turnos si es el propio trabajador quien se implica en la confección de los cuadrantes.

6. La prolongación de la jornada de trabajo es un hecho que se repite con demasiada frecuencia. Realizar horas extras para cubrir una noticia ocurre a menudo en los servicios informativos. Por ello la realización de dichas horas ha de ser siempre voluntaria. La empresa ha de facilitar el relevo inmediato de estos trabajadores. Al personal a disposición total debe disponer de más días de descanso anual.
7. Hay que reforzar las plantillas para evitar bolsas de precarización e incrementar así la estabilidad del trabajador.
8. Los Servicios de Prevención deben disponer de personal suficiente para prevenir y corregir los riesgos relacionados con fatiga, estrés, psicoterrorismo moral, etc., es decir, con los riesgos psicosociales, así como riesgos que producen alteraciones músculo-esqueléticas. Dispondrán, por tanto, de psicólogos y sociólogos, así como de ergónomos y fisioterapeutas, además de locales propios o concertados para la rehabilitación del personal dañado.



9. El control de salud será adaptado a los riesgos a los que están expuestos los trabajadores, controlando, para impedir que lleguen a materializarse, las posibles lesiones óseas y musculares, y los daños derivados de la fatiga, el estrés, y demás riesgos derivados de la organización del trabajo como, turnos, falta de control sobre el propio trabajo o las presiones de tiempo, presiones jerárquicas, etc.
10. Por tanto, es necesario la creación de gabinetes de asistencia a los trabajadores, formados por psicólogos del trabajo y médicos especialistas en medicina del trabajo.



---

**Federación de  
Comunicación y Transporte**

**Agrupación de Periodistas**

---

**[www.fct.ccoo.es](http://www.fct.ccoo.es)**