

Estudio:

# “Problemas visuales y salud laboral”



**INFORME DE RESULTADOS**

JUNIO 2019

# ÍNDICE

## **1 Ausencias laborales por problemas con los ojos o la vista**

- 1.1. Incidencia de los problemas con los ojos o con la vista
- 1.2. Veces que han faltado al trabajo por problemas con los ojos o con la vista
- 1.3. Días de ausencia laboral por problemas con los ojos o con la vista
- 1.4. Problemas visuales que impidieron asistir a trabajar
- 1.5. Percepción de la relación entre los problemas visuales y la actividad laboral

## **2 Principales conclusiones**

## **3 Recomendaciones**

## **4 Metodología**

El objetivo general de la investigación ha sido conocer en qué medida influyen los problemas visuales en la actividad laboral de las personas, analizando qué problemas afectan en su trabajo (generando bajas y/o absentismo laboral).

Es un estudio sociológico basado en las respuestas de los entrevistados. Se ha trabajado con una muestra de 1.270 individuos representativa de la sociedad española que trabajan o han trabajado en el pasado.

Los datos reflejan el porcentaje de la población que ha tenido ausencia/s laborales debidas a problemas con la vista/los ojos; y los segmentos de la población en los que las ausencias han incidido especialmente.

Así, se habla de los problemas/enfermedades de los ojos que han determinado dichas ausencias, tiempo que les ha impedido trabajar, etc.

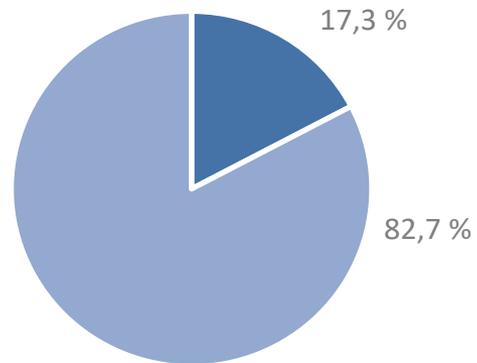
En todos los casos, y con las limitaciones del tamaño muestra con el que trabajamos, comprobaremos la existencia de distintos niveles de incidencia entre los diferentes segmentos sociodemográficos.



# 1

## Ausencias laborales por problemas con los ojos o la vista

# 1.1 Incidencia de los problemas con los ojos o con la vista



- Ha faltado al trabajo por problemas con la vista
- No ha faltado al trabajo por problemas con la vista

El 17,3% que trabaja o ha trabajado afirma que ha tenido que faltar al trabajo por problemas con los ojos o la vista

# 1.1. Incidencia de los problemas con los ojos o con la vista

La incidencia es casi igual entre mujeres y hombres

Mujer	Hombre
17,4%	17,1%

Las personas con edades comprendidas entre los 35 y los 54 años han tenido más problemas visuales que les han impedido trabajar

DE 18 A 24	DE 35 A 54	DE 55 Y MÁS
19,7%	21,6%	10,4%

Las personas de los municipios de más de 500.000 habitantes, las más propensas

Menos de 10.000	Hasta 50.000	Hasta 100.000	Hasta 500.000	Más de 500.000
12,9%	14,9%	20,6%	18,8%	23,3%

## 1.1. Incidencia de los problemas con los ojos o con la vista

Las personas que trabajan por cuenta ajena son las que más incidencias tienen

Labores del hogar, ha trabajado antes	Jubilado, ha trabajado antes	Trabajando como autónomo	Parado, ha trabajado antes	Trabajando por cuenta ajena
7,5%	9%	16,2%	16,5%	22%

Las ausencias laborales son significativamente superiores entre quienes tienen o han tenido alguna patología y, en especial, entre quienes tienen problemas de retina o mácula

No tienen ninguna	Cataratas	Presbicia	Hipermetropía	Otras	Miopía	Astigmatismo	Retina o mácula
8,8%	16,7%	17,9%	18,3%	23,4%	26,3%	26,6%	43,3%

## 1.1. Incidencia de los problemas con los ojos o con la vista

Quienes trabajan al aire libre tienen más ausencias laborales

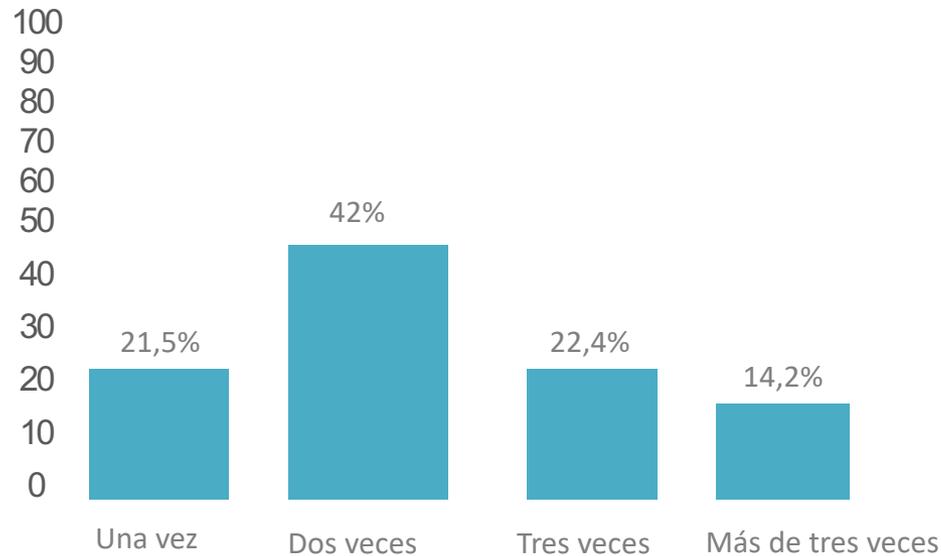
Sitio cerrado con iluminación natural	Sitio cerrado con iluminación artificial	Al aire libre
18%	21,4%	28,8%

Base: Trabajan o han trabajado (1.270)

# 1.2 Veces que han faltado al trabajo por problemas con los ojos o con la vista

Entre quienes han tenido que faltar al trabajo por los problemas mencionados, un 42% lo habrían hecho en 2 ocasiones

Una quinta parte de los entrevistados habrían faltado 3 veces a lo largo de su vida laboral por molestias visuales



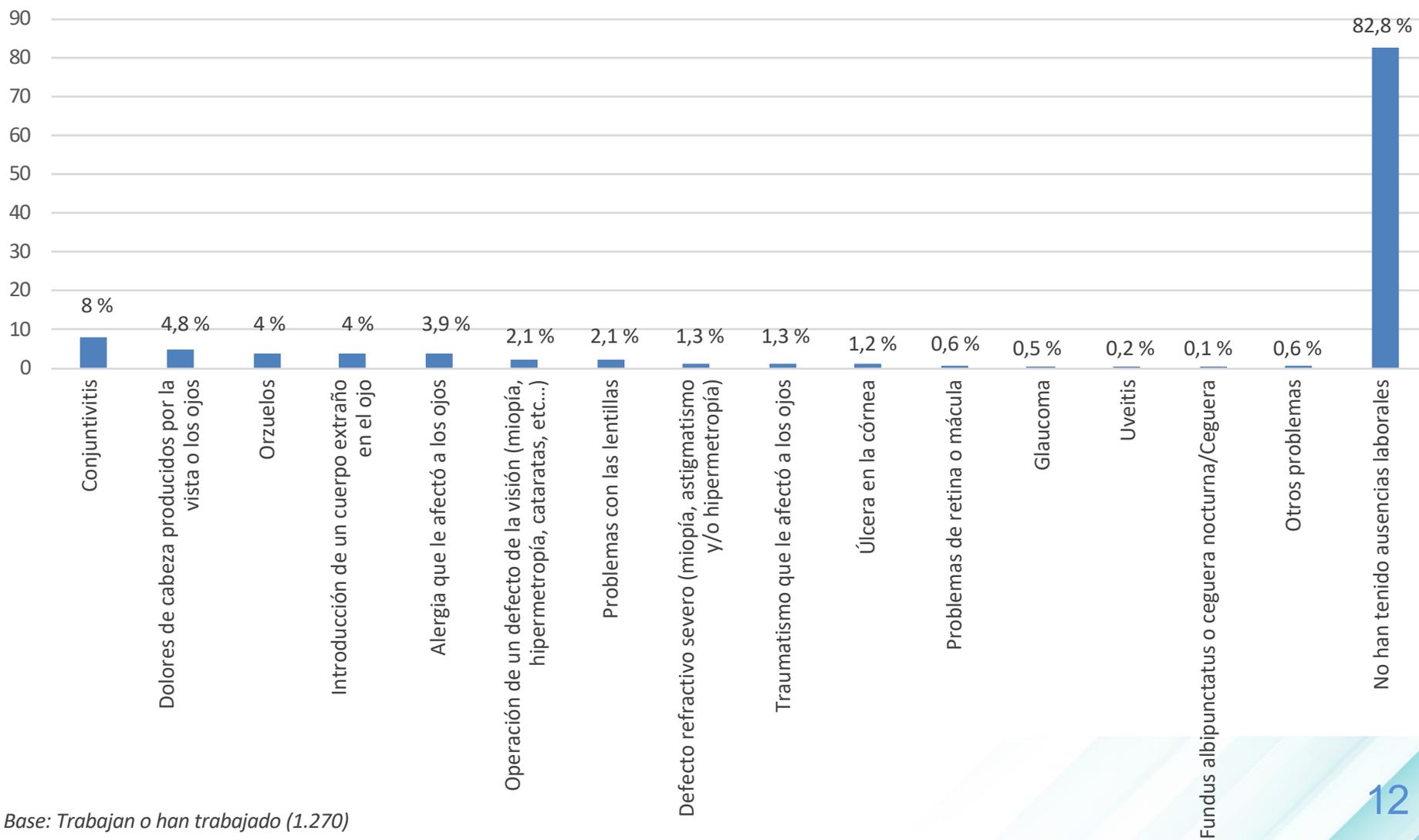
## 1.3 Días de ausencia laboral por problemas con los ojos o con la vista

Un 11,3 % de quienes trabajan o han trabajado ha superado 3 días de ausencia por problemas relacionados con los ojos o la vista



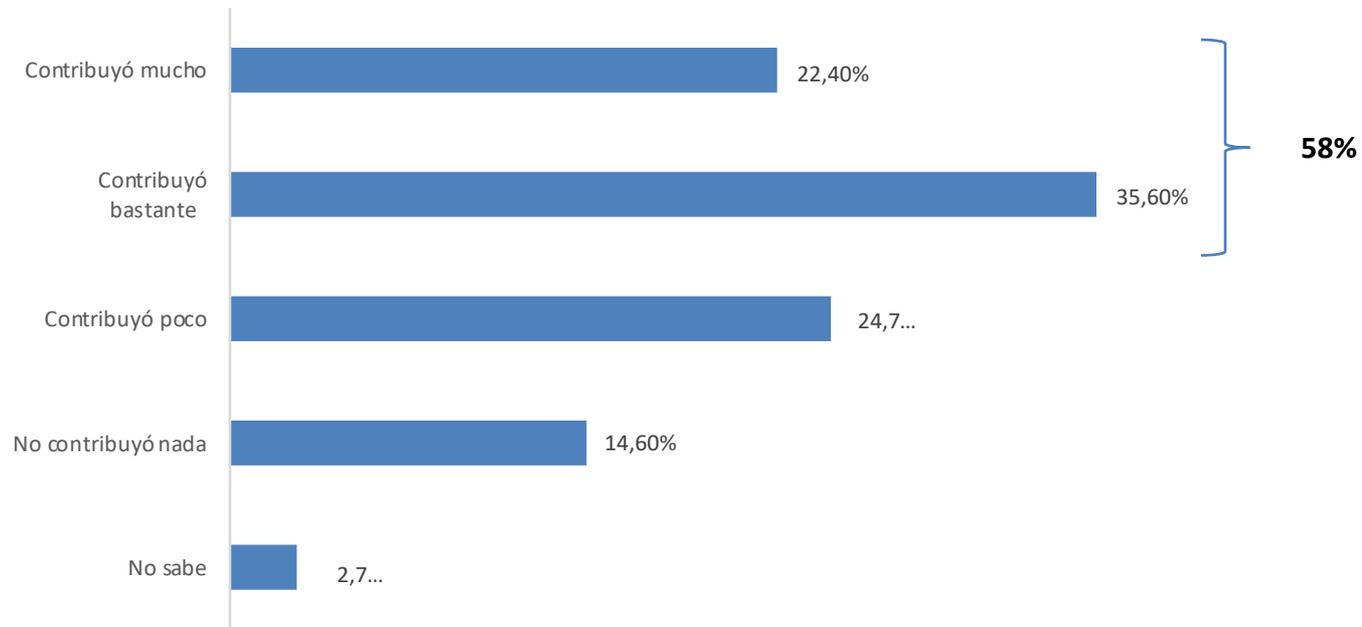
## 1.4 Problemas visuales que impidieron asistir a trabajar

El 8% de los que trabajan o han trabajado no han asistido a su puesto laboral por padecer conjuntivitis

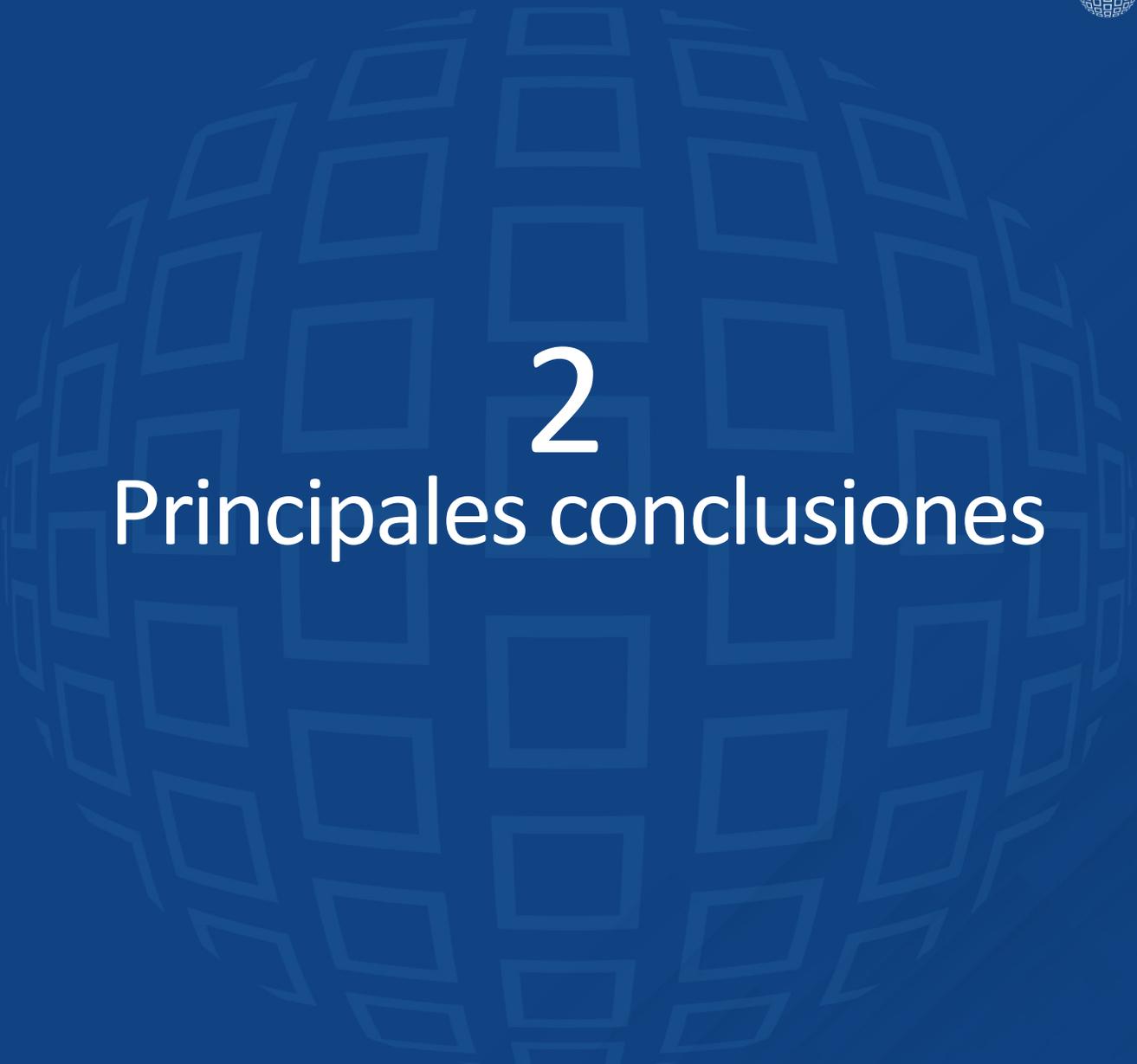


# 1.5 Percepción de la relación entre los problemas y la actividad laboral

Entre quienes tuvieron algún problema visual y no pudieron trabajar, esta es la percepción de cómo contribuyó a su actividad laboral la aparición de estos problemas



Base: 219 tuvieron algún problema y no pudieron trabajar



# 2

## Principales conclusiones

- ❖ El **17%** de los que trabaja o ha trabajado afirma que **ha tenido que faltar al trabajo por problemas con los ojos o la vista.**
- ❖ Las personas que trabajan por cuenta ajena son las que más incidencias tienen; el **22%** frente al **16%** que trabajan como autónomos.
- ❖ Las ausencias laborales son **significativamente superiores entre quienes tienen o han tenido alguna patología** y, en especial, entre quienes tienen problemas de **retina o mácula (43%), astigmatismo (27%) y miopía (26%).**
- ❖ Aquellos que **trabajan al aire libre** tienen más predisposición a tener ausencia laborales relacionadas con la visión.
- ❖ Entre quienes han tenido que faltar al trabajo por los problemas mencionados, **un 42% lo habrían hecho en dos ocasiones;** y un **11 % ha superado tres días de ausencia** por problemas relacionados con los ojos o la vista.
- ❖ Un **8% de los trabajadores no ha asistido a su puesto laboral por sufrir conjuntivitis;** un **4,8%** habría hecho por **dolores de cabeza** producidos por la vista; un 4% habría faltado a su trabajo a causa de los **orzuelos,** y otro 4%, por la **introducción de un cuerpo extraño.**



# 3

## Recomendaciones

- ❖ **Correcta distancia con la pantalla del ordenador.** Debe colocarse paralela al plano de los ojos y a una distancia de 50 centímetros de la cara. Se deben evitar los reflejos y regular correctamente el enfoque de la pantalla.
- ❖ **Descansar la vista cada hora** mirando a lo lejos durante un par de minutos. Para ello es recomendable mirar por una ventana y variar el enfoque mirando hacia el horizonte.
- ❖ **Parpadear e hidratar los ojos con frecuencia.** Si pasamos mucho tiempo frente a la pantalla del ordenador se reduce la periodicidad de parpadeo y la lágrima encargada de humedecer el ojo se distribuye peor. En casos en los que sea necesario se puede aplicar lágrima artificial.
- ❖ **Buena iluminación.** Lo ideal es trabajar con luz natural siempre que esté regulado el flujo lumínico para que se adapte a las condiciones de confort. En el caso de las oficinas con luz artificial es recomendable el uso de luz blanca y evitar los focos transparentes.
- ❖ La disposición de las luces también se debe tener en cuenta, ya que se **debe evitar que la luz alumbre directamente en los ojos.**
- ❖ En el caso de padecer **conjuntivitis**, es recomendable **acudir al oftalmólogo** para que determine cuál es su origen, qué tipo de conjuntivitis se padece y facilite el tratamiento médico más oportuno.

- ❖ **Temperatura, ventilación y humedad** son fundamentales para el confort ambiental de la oficina. El aire debe renovarse periódicamente evitando las corrientes de aire y los cambios bruscos de temperatura para que los ojos no se resequen.
- ❖ Si se trabaja al aire libre, no exponer la vista al sol intenso y para proteger los ojos se deben **usar lentes con el filtro solar apropiado**.
- ❖ Si se introduce un cuerpo extraño en el ojo se aconseja no frotarlo y **lavarlo con suero fisiológico o con abundante agua**. Si la molestia persiste se debe acudir al médico para que evalúe la situación.
- ❖ **Evitar frotarse los ojos y nunca hacerlo con las manos sucias**. Si los ojos están irritados no se deben hacer lavados con remedios caseros, hay que acudir al oftalmólogo para que haga una revisión y le prescriba gotas oculares u otro tratamiento, si es necesario.
- ❖ En los puestos de trabajo al aire libre o en aquellos en los que se desarrollan actividades manuales (carpinteros, albañiles, soldadores, pintores, etc.) es recomendable **el uso de gafas de protección para evitar que entre cualquier cuerpo extraño** en el interior del ojo.
- ❖ **Evitar los ambientes tóxicos** o los humos industriales que también afectan a la salud visual.
- ❖ Se recomienda **acudir al menos cada dos años al oftalmólogo** para realizarse una revisión visual con el fin de comprobar de que existe una correcta salud visual.



# 4 Metodología

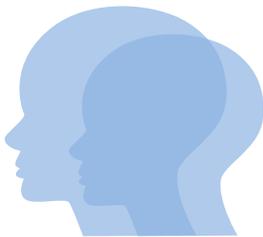
El presente estudio se ha llevado a cabo mediante la realización de una encuesta a población general online a través de panel



**Universo:** Población española mayor de 18 años que trabaja o ha trabajado

**Muestra:** 1.270

**Distribución de muestra:** Por Comunidad Autónoma y hábitat. Distribución geográfica no proporcional



**Selección del entrevistado:** aplicando cuotas de sexo y edad a la muestra total



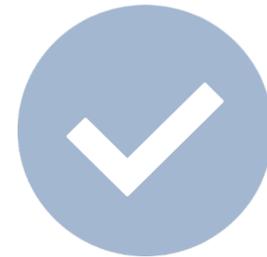
**Ámbito:** Nacional, excepto Ceuta y Melilla



**Cuestionario:** Estructurado y precodificado. Incluye los datos de clasificación sociodemográfica: género, edad, nivel de estudios y situación laboral  
**Error de muestreo:**  $\pm 2,7\%$ .



**Duración del cuestionario:** Media de 10,6 minutos



**Garantía:** TELLING INSIGHTS realiza todos sus estudios conforme al código de conducta CCI/ESOMAR y siguiendo las normas de calidad UNE-ISO 20252

Muchas gracias



CLINICA  
**BAVIERA**